ЭКОЛОГИЧЕСКОЕ ОРГАНИЧЕСКОЕ ЖИВОЕ ЗЕМЛЕДЕЛИЕ ОЖЗ

Моя грядка изобилия

6+

ГАЗЕТА ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ СОВЕТОВ ОТ СЕВЕРА ДО ЮГА

Электронная версия газеты: www.gryadkaojz.ru

НОЯБРЬ 2020 № 11 (96)

УДИВИТЕЛЬНЫЕ 10 000 опытов биотехнологии ОЖЗ

Удивительные результаты читайте на стр. 6

Морозы и земляника стр. 7

Черви-старатели стр. 21

МЫ ЖИВЕМ В ДРУЖЕСТВЕННОМ МИРЕ! Дорогие, подписывайтесь и получайте ценные советы профессионалов, индексы нашей газеты в каталоге Почты России – П7961 и П8145

ЧИТАЕМ В НОМЕРЕ:

О грубой технологии В. И. Кузнецова «Как быть здоровым и счастливым». Часть 2. Стр. 3

Солнечные светильники ОЖЗ зимой – классно. Стр. 5

Удивительные 10 000 опытов биотехнологии ОЖЗ. Стр. 6

Эх, мороз, мороз! А землянике холода нипочем. Стр. 7

Богатырские салатные рекорды. Стр. 8

Выгонка свежей витаминной зелени к Новому году. Стр. 9

Ешь шпинат и кабачки – и забудешь про очки. Стр. 10

Не опаздывай с поливом. Стр. 11

Лечите дупла деревьев до морозов. Стр. 12

Витамин D повышает иммунитет. Стр. 13

Встреча, изменившая мое отношение к занятиям на нашем приусадебном участке. Стр. 14

Братюня и друзья читают сказку К. Паустовского. Стр. 17

Дождевые черви для отличного урожая, или «золото под ногами». Стр. 21

Оказывается, осенью, нас кусают не обыкновенные мухи, а ужасные жигалки. Стр. 26

Цветочные живые часы в вашем саду. Биологические часы. Стр. 21

Все о плодородной почве, богатом и витаминном урожае. Стр. 32

Паразиты, интоксикация – спасаем животных. Стр. 34

Познавательные лекции от профессионалов смотрите на YouTube, канал «БашИнком», плейлист «Лекции об органическом живом земледелии – ОЖЗ»

г. Уфа, ул. 50 лет Октября, д. 34

НАУЧНО-КОНСУЛЬТАЦИОНЫЙ САДОВОДЧЕСКИЙ ЦЕНТР ПРИ БашГАУ

Только экологически безопасная продукция для сада-огорода, все что необходимо для выращивания здоровой рассады, саженцы знаменитых питомников и ЛЕКЦИИ от профессионалов КАЖДУЮ СУББОТУ!

Следите за новостями на сайте bashinkom.ru

КАКИЕ ПРЕПАРАТЫ ПОНАДОБЯТСЯ ВАШИМ РАСТЕНИЯМ В НОЯБРЕ

Тираж экз. 40 000

Учредитель: ИП Мария Вячеславовна Кузнецова
Главный редактор: к.т.н. В.И. Кузнецов
Редактор: к.б.н. Д.В. Скотников
Рекламный отдел: Л.В. Кузнецова, А.М. Хаванская
Дизайн и верстка: В.А. Окунева
Фотограф: А.Б.Ходжаниязов
Редакционная коллегия: В.И. Корнилов, заслуженный агроном РБ; Р.А. Кудоярова, биолог, биотехнолог; Е.И. Чистякова, биолог-цветовод; И.Л. Ермолаева, специалист по защите растений; Д.В. Скотников, к.б.н.
Зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор).
Свидетельство о регистрации средства массовой информации ПИ № ФС77-36062 от 28.04.2009 г.
Распространяется по подписке и в розницу. Цена свободная.
Адрес редакции издателя (для писем): 450015, г. Уфа, ул. К. Маркса, 37, корпус 4, офис 310.
Телефоны:
Главный редактор: (347) 291-10-20, bashinkom@mail.ru www.bashinkom.ru
Рекламный отдел: (347) 292-09-96, mgi@ibashinkom.ru

Газета отпечатана в типографии ООО «Газета», ИНН 0266036728 РБ, г. Салават, ул. Нуриманова, 29, тел. (3476) 35-31-02

№ заказа 105534

Подписано в печать: 05.11.2020 г.

Часть 2

О грубой технологии В. И. Кузнецова «КАК БЫТЬ ЗДОРОВЫМ И СЧАСТЛИВЫМ»

В предыдущем номере газеты «Моя грядка изобилия» (октябрь 2020 г.) я рассказывал, как пришел к этой технологии, чем она полезна вам, дорогие читатели, и описал первые три шага.

1 ШАГ. ГОВОРИ, когда утром проснешься, а потом в течение дня ПОВТОРЯЙ от всей души, от всего сердца: «Я живу в дружественном, замечательном, чудесном мире. Все мы братики и сестренки. Меня все любят. Я люблю всех».

2 ШАГ. ГОВОРИ себе, когда идешь в ванную, под душ: «Меня окружают друзья». Я лично в это время еще выучиваю стихотворения А. С. Пушкина и делаю гимнастику-тряску А. М. Гринштата (смотри в интернете). На душе становится легче, радостно. А. С. Пушкин – добрейший гений, а общение с хорошими людьми – такая радость!

3 ШАГ. ПЕЙ 2 стакана теплой чистой воды утром и 1,5–2 литра постепенно в течение дня.
ОСТОРОЖНЕЕ. Если есть какие-то серьезные заболевания, то надо посоветоваться с врачом и решить, сколько пить воды.

Продолжим описывать следующие шаги.

4 ШАГ. ДЕЛАЙ утреннюю зарядку и каждое упражнение ВЫПОЛНЯЙ с мыслью: «Я живу в дружественном, счастливом мире, меня окружают братики и сестренки, меня все любят, и я всех люблю!»
Это мое колоссально эффективное ноу-хау («знаю, как»): время утренней зарядки становится временем радости.

Я ВСЕГДА МУЧИЛСЯ из-за своего балбесного, безолаберного характера: я не мог себя заставить делать регулярно зарядку, часто опаздывал на занятия в институте, на работу бывало даже, на встречи с большими людьми, министрами, главами администраций (ох-ох-ох). Но вот три года назад я пришел к своей грубой и в то же время радостной технологии, и ВСЕ ИЗМЕНИЛОСЬ: я делаю зарядку, как часы – регулярно, каждый день (что бы ни случилось), причем легко, бодро, весело; с удовольствием встаю в 6 часов утра и ложусь в 10 часов вечера; практически не опаздываю (хотя еще бывает…). Чувствую себя все лучше и лучше. Я себя просто не узнаю. Причина? Время радости: зарядка – время радости, жизнь – время радости.

ДЕЛАЙ ВРЕМЕНЕМ РАДОСТИ учебу, творчество, работу, даже тяжелую работу, и, конечно, отдых, т. е. все делай с мыслью: «Я живу в прекрасном дружественном мире. Все мы братики и сестренки…».

Кстати, зарядку (простенькую хатха-йогу) я делаю 50 минут, а до этого перед душем еще около 20 минут делаю тряску по Гринштату и одновременно учу стихи А. С. Пушкина. Обливаюсь горячей и холодной водой три раза: приятно и… закалка.

5 ШАГ. БЕГАЙ ТРЮХ-ТРЮХСЦОЙ 20–30 минут утром после зарядки. Это легкий-легкий бег по дому, по двору с удовольствием, без всякого напряжения, опять же с радостной мыслью о дружественном мире. Потрясающий, громадный, чудесный эффект от времени радости: постепенно накапливается легкость, уходят дурацкие заботы, страхи… Я летом бегаю и одновременно поливаю в огороде, а иногда даже умудряюсь полоть траву. Хорошо! Можно так же готовить (в мелкую припрыжку, или трюхсцу) завтрак, резать овощи, зелень для салата, бриться, убирать постель…

ПОЛЕЗНО И ПРИЯТНО во время ТРЮХ-ТРЮХСЦЫ делать различные упражнения: гнуться, вращать руками, плечами, ходить или бегать на четвереньках и т. д.

Трюх-трюхсца утром лучше, чем бег трусцой или любой другой бег, так как утром организм еще просыпается, а трюх-трюхсца – это бег без всякого напряжения, с удовольствием, с радостной мыслью о чудесном дружественном мире.

ТОЛСТЫЙ И ПРОТИВНЫЙ, А СЕЙЧАС? *Три года назад я был толстый и противный, совершенно растренированый, не мог бегать вообще, вес был повышенный, сердце побаливало, а сейчас бегаю сколько хочу и с большим удовольствием. Начинал, конечно, с нескольких минуточек. Вес уменьшился на 10 кг, сердце, голова работают как надо – хорошо! Плюс гибкость, могу работать внаклонку, повысилась выносливость, начал приседать, а раньше даже думать об этом не мог. Хорошо!*

ВЫВОД. *Радостное, дружественное отношение к миру лечит, тренирует все.*

В следующем номере газеты опишем остальные шаги грубой технологии.
Здоровья и счастья вам, дорогие!

В ПОИСКАХ НАСТОЯЩЕЙ ЕДЫ

Знаете ли вы, что здоровье человека на 50 % зависит от питания?

Последние исследования ученых показали, что главной проблемой россиян является излишнее употребление сладостей и хлебобулочных изделий, а также недостаток в рационе натуральных свежих овощей и фруктов. Такое пищевое поведение вызывает авитаминоз и закладывает предпосылки ко многим заболеваниям. Не зря медики не устают нам повторять: если вы хотите жить долго и счастливо, то наведите порядок в своем рационе.

К слову, авитаминозом страдает 90 % населения страны. Например, у жителей Республики Башкортостан наблюдается острый недостаток витамина Д, В12 и йода.

Витамин В12

Дефицит приводит к:

- анемии;
- лейкопении;

(снижение количества лейкоцитов);

- тромбоцитопении (снижение количества тромбоцитов);
- ослаблению иммунитета;
- уменьшению энергии, концентрации, памяти и равновесия;
- увеличению раздражительности.

Витамин D

Дефицит приводит к:

- нарушению обмена кальция и фосфора в костях;
- усилению деминерализации костной ткани, что приводит к увеличению риска развития остеопороза (хрупкость костей), рахита (снижение образования костной ткани) и остеомаляции (размягчение костей);
- болям в суставах и мышцах;
- снижению физической выносливости, общей и мышечной слабости;
- головным болям;
- перепадам настроения, беспокойству и депрессии;
- нарушению сна.

Йод

Дефицит приводит к:

- отставанию в умственном развитии у детей и у взрослых;
- выраженной умственной отсталости;
- возникновению зоба;
- хронической усталости;
- головным болям;
- раздражительности;
- лишнему весу;
- замедлению обмена веществ;
- отставанию в росте;
- артериальной гипотензии.

Что делать? Изменить свои пищевые и повседневные привычки, запомнить и применять правила, которые продлят ваше долголетие.

1. Активная жизненная позиция и здоровый образ жизни помогут следить за весом и держать его в норме.

2. Ввести в ежедневный рацион свежие овощи (400 г) и фрукты (200 г). Исследования ученых показали, что это в 2 раза уменьшает вероятность развития таких смертельных заболеваний, как сахарный диабет, онкозаболевания, болезни сердца, головы и ЖКТ.

3. Ограничить употребление соли до 5 г в день, сахара, сладостей, жирной и жареной пищи, свинины до 3 раз в неделю. Идеально заменить красные сорта мяса на белые: куриная грудка, индейка, кролик.

4. Решительно отказаться от фастфуда и полуфабрикатов.

5. Внимательно читать состав продукта на упаковке. Если вы едите сыры и колбасы, то обратите внимание на белорусскую продукцию, которая производится по советским ГОСТам.

6. Ведите натуральное хозяйство и выращивайте чистейшие, здоровые и полезные овощи и фрукты. Если по каким-то причинам вы не можете это делать самостоятельно, то вполне возможно найти надежных поставщиков – фермеров, которые не используют антибиотики и опасные химические удобрения.

Правильное здоровое питание – не привилегия, а жизненно важная необходимость.
Ешьте полезные – настоящие продукты и будьте здоровы!

СОЛНЕЧНЫЕ СВЕТИЛЬНИКИ ОЖЗ ЗИМОЙ – КЛАССНО!

Большие урожаи витаминной зелени в квартире

Дмитрий Валерьевич Скотников – эколог, кандидат биологических наук

Мы продолжаем призывать вас продлить огородный сезон с помощью квартирных полок и подоконников! Свежие овощи и зелень должны быть на вашем столе ежедневно: эта пища поможет уберечься от сердечно-сосудистых заболеваний и даже рака. А вырастить зелень для питания вообще проще простого – это сможет даже первоклассник! Кроме несомненной пользы для здоровья, такое выращивание растений – бесценный биологический опыт по физиологии и микробиологии.

Какие же культуры можно вырастить на подоконнике в ноябре? Это амарант овощной, базилик, горчица салатная, индау (руккола), кервель, кориандр, кресс-салат, разнообразные виды лука, мангольд, огуречная трава, петрушка листовая, портулак огородный, салат, сельдерей листовой, укроп, шпинат. А особо продвинутым комнатным агрономам даже под силу получить плоды карликовых томатов и перцев, а также партенокарпических огурцов. Главное в этом деле – это нужное количество света, как по люксам, так и по часам. Для большинства огородных культур подойдет 14-часовой период досветки интенсивностью 10–20 кЛк.

Если с часами все понятно, то с люксами у многих возникает вопрос – как же их оценить? Конечно, можно воспользоваться специальным прибором – люксметром – но он есть далеко не у каждого и довольно дорог. В качестве ориентира можно брать мощность светового потока самого светильника, указанную на нем. Например, если вы используете светильник, выдающий 3000 люмен, то если освещать им площадь 0,2 м^2, то освещенность без учета потерь составит: 3000 : 0,2 = 15000 люкс.

Гораздо проще рассчитать освещенность, если у вас есть светильник 3 Урожая ОЖЗ светодиодный: просто регулируйте высоту световой панели над верхними листьями и ориентируйтесь по таблице:

высота (см)	3	10	15	20	25	30	35	40
освещенность тыс. люкс	20	15	8	6	4	3,5	2,5	2

Высота световой панели – расстояние от растений до ламп светильника

Если у вас светильник 5 Урожаев ОЖЗ универсальный светодиодный, то воспользуйтесь этой таблицей:

высота (см)	5	10	15	20	25	30	35	40
освещенность тыс. люкс	40	25	15	10	7	6	4,5	3,5

Если же вы для выращивания зелени применяете малиновый свет специальных фитосветильников, таких как ФитоСпектр ОЖЗ, то сможете получать максимально возможные урожаи в короткие сроки. Дело в том, что синяя и красная области спектра, которые в сумме дают малиновый свет, действуют на растения подобно допингу, усиливая и ускоряя рост фитомассы. А это как раз то, что нам нужно! Фактически, применяя инновационные технологии сообща – используя биопрепараты и фитосветильники, можно многократно повысить урожай зелени, даже на подоконнике.

Новости проекта

«УДИВИТЕЛЬНЫЕ 10 000 ОПЫТОВ ПРИМЕНЕНИЯ ПРИРОДНЫХ БИОТЕХНОЛОГИЙ»

Д. В. Скотников, к. б. н.

Фасоль взошла только при помощи биопрепаратов, а томаты с биотехнологией опережают контрольные в 1,5 раза по всхожести и темпам роста.

У нас уже появились первые результаты из серии «10 000 удивительных опытов применения природных биотехнологий»! Семена с биопрепаратами не только обладают повышенной всхожестью, н о и всходят раньше, обгоняют своих собратьев по соседству (контроль) по длине побегов и количеству листьев в 1,5 раза.

Сегодня мы демонстрируем вам наглядную разницу между контролем и опытом на фасоли овощной Октава. В контроле семена фасоли не смогли взойти совсем – враждебные микробы на их оболочке уничтожили проростки. А с помощью Фитоспорина удалось спасти 4 семечка, которые уже радостно развернули свои листочки к свету фитосветильников. Опыт с фасолью, конечно, будет повторяться и перепроверяться.

Отлично видна разница и у томатов сорта Белый налив 241: те, что с биопрепаратами, опережают контрольные по всхожести и темпам роста. И это нас уже не удивляет, потому что в прошедших опытах с биотехнологиями на томатах получены блестящие результаты.

В опыте применялись 4 биопрепарата: Гуми-20, Фитоспорин-М Рассада, 33 Богатыря и Кормилица Микориза. Совместное применение этих биопрепаратов обладает синергичным эффектом, то есть, образно выражаясь, 1+1+1+1 равно не 4, а по факту больше!

Ранее мы делились результатами демонстрационного опыта с салатом, в котором удалось вырастить в 6 раз больше зелени, чем в контроле.

Наш девиз: «Доверяй, проверяй, проверяй и делай, используй»!
Дорогие друзья, подключайтесь к 10 000 опытов и тоже испытывайте. Это очень интересно!

Томат «Белый налив»

Фасоль «Октава»

В опыте в почву внесли: 1 ст. л. 33 Богатыря + 0,2 ч. л. Кормилицы Микоризы (на 1 л почвогрунта), **а бороздки полили**: 1 ч. л. Фитоспорин-М Рассада +10 капель Гуми на 1 л воды (на 5 л почвогрунта)

ЭХ, МОРОЗ, МОРОЗ! А ЗЕМЛЯНИКЕ ХОЛОДА НИПОЧЕМ

Светлана Ивановна Павленко – биолог, биохимик

Зима для садовой земляники – серьезное испытание. Задача садовода – помочь ей без потерь пережить это суровое время года. Готовим землянику к зимовке, бережем корни, делаем укрытия – и на следующий год, используя замечательную технологию экологического органического живого земледелия, получаем отменный, мощный урожай этой витаминной ягоды.

Корневая система у садовой земляники неглубокая – уходит в почву всего на 6–8 см, и морозы до -10–12 °С на голую землю могут ее погубить. Затяжная, бесснежная и морозная осень с холодными ветрами, дополнительно снижающими температуру воздуха, грозит иссушением и гибелью земляники, промерзанием корней и выпиранием свежепосаженных растений – замерзшая почва буквально выталкивает их наружу. Для садовода важно правильно рассчитать сроки укрытия плантации: если сделать его слишком рано, то земляника может выпреть под слоем укрывного материала – небольшие заморозки только закаляют кусты, слишком поздно – растения вымерзнут. Ориентиром служит устойчивое понижение температуры до -3-4 °С в течение 5–7 дней.

Перед укрытием плантации проверяют, достаточно ли окучены растения, так как корни земляники со временем начинают выпирать из земли и оголяться. Поэтому при необходимости к основаниям кустов подсыпаем Мульчу-Разрыхлитель Земля-Матушка, Торф Башкирский, перегной или садовую землю.

Для укрытия грядок используем разнообразные растительные материалы, мульчируя ими не только кусты, но и междурядья, чтобы исключить промерзание грунта, переходящее на ряды с растениями:

- листовой опад дуба, березы, осины, клена;
- скошенная газонная трава;
- сено и солома;
- опилки и стружки лиственных пород деревьев.

Толщина слоя укрытия – не менее 10 см. Для предотвращения раздувания мульчи ветром и снегозадержания сверху набрасывают сухие ветки со здоровых деревьев и кустарников.

Эти материалы не являются идеальным укрытием, так как имеют свойство слеживаться, слишком влагоемки, могут быть причиной выпревания растений при оттепелях. Сено и солома служат убежищем для мышей, опилки при перегнивании вызывают недостаток азота в почве.

Перечисленные материалы неплохо работают в малоснежные зимы без длительных оттепелей, но угадать заранее, каков будет предстоящий холодный сезон невозможно. Ранней весной все укрытие необходимо убрать.

О, хвойный опад!

Одним из лучших природных утеплителей служит хвойный опад. Лучше брать сосновый – легко смести с грядок весной в отличие от елового. Не впитывает влагу, не слеживается, воздухопроницаем, хорошо сохраняет тепло.

Такими же свойствами обладает еловый и сосновый лапник, к тому же он хорошо задерживает снег, но доступен далеко не всем садоводам.

К современным способам защиты земляничных плантаций от зимних морозов относится укрытие нетканым материалом плотностью 60 г на кв. м. Он хорошо удерживает тепло, пропускает воздух и свет, под ним растения свободно дышат и не выпревают при оттепелях.

Варианты укрытий земляники

Вариант 1. Ткань просто набрасывается на плантацию земляники и закрепляется по краям чем-нибудь тяжелым. Следует сверху кустов разложить сухие ветки, исключив соприкосновение растений с материалом, – в противном случае будет сильное подмерзание земляники.

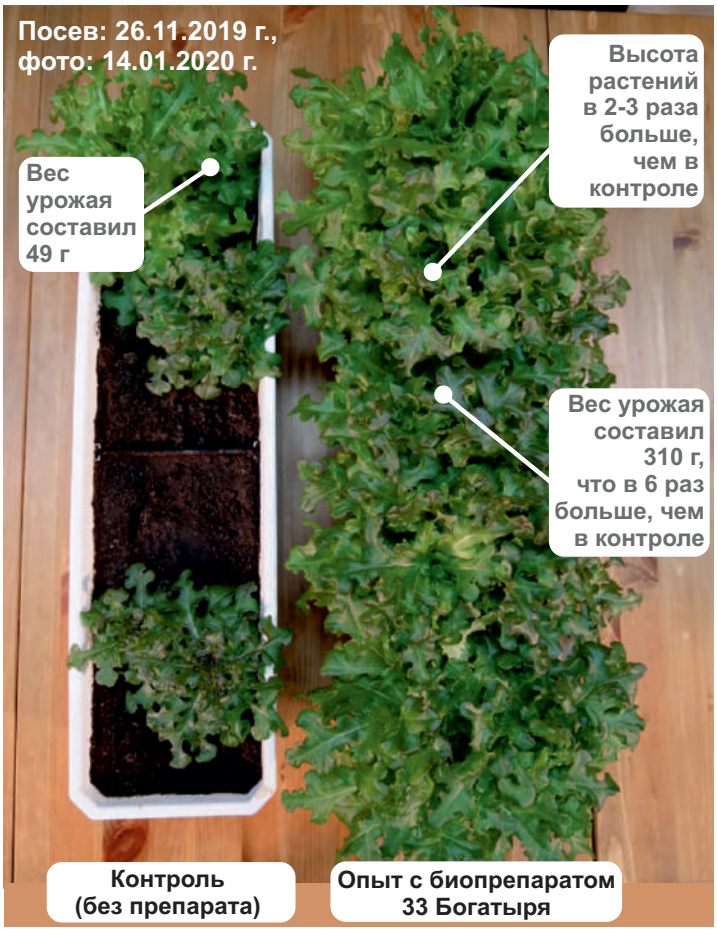
Вариант 2. Воздушно-сухое укрытие. Над грядками устанавливаются дуги, на них укладывается ткань, закрепляется по краям. Под таким укрытием земляника чувствует себя наиболее комфортно. Но у этого способа есть существенный минус: при сильных снегопадах вся конструкция может сильно деформироваться, в результате ткань продавится до земли. Поэтому дуги надо размещать на грядке как можно чаще, не более 50 см друг от друга, а ткань хорошо натягивать и закреплять. Кроме того, на зиму оставлять такое укрытие не рекомендуется, так как при серьезных морозах земляной ком, лишенный снеговой шубы, может промерзнуть до значительных минусовых температур, способных погубить растения. Кроме того, грядка не накопит талую воду, очень важную при весенней вегетации. Поэтому перед сильными снегопадами укрытие снимаем и даем снегу укутать земляничную грядку.

Каждый садовод выбирает для себя наиболее удобный материал и способ укрытия, но стоит предостеречь от использования для защиты земляничных плантаций ботвы овощных и сорных растений, листьев плодовых деревьев и кустарников, обрезков стеблей малины – они, как правило, содержат споры патогенных микроорганизмов и зимующие стадии вредителей, а из семян сорняков весной появятся дружные всходы.

БОГАТЫРСКИЕ САЛАТНЫЕ РЕКОРДЫ

Урожай салата в 6 раз больше! Это поразило даже нас!

Д. В. Скотников, к. б. н.



В рамках проекта «10 000 удивительных опытов по применению природных биотехнологий» мы показываем вам результаты первого опыта, в котором урожай опытного салата вырос в 6 раз!

В этот раз участником опыта стал салат Рубин. При выращивании культуры использовались три биопрепарата: Фитоспорин-М Рассада, Гуми-20, 33 Богатыря.

Через 48 дней мы подвели результаты. Мы действительно этого не ожидали! В 6 раз увеличился урожай, в 2,5 раза – высота растений! Это сенсация!

Почему же такая большая разница?

Семена салата, как это часто бывает, были сильно заражены и погибли еще на стадии прорастания, но в опытном контейнере биофунгицид Фитоспорин обезвредил патогены. Гуми мощно стимулировал рост растений, а вместе с препаратом 33 Богатыря они обеспечили растения обильным питанием, витаминами, ферментами, биологически активными веществами и защитили от почвенных патогенов и вредителей.

Не ленитесь выращивать зелень на подоконнике! Ставьте опыты вместе с нами, и вы убедитесь, что наша технология работает. А по весне шокируйте своими урожаями всех соседей-огородников и обязательно расскажите им о «Секретной технологии»!

ВЫГОНКА ЗЕЛЕНИ К НОВОМУ ГОДУ

Минсылу Фарраховна Хасанова – заведующая лабораторией физиологии растений, инженер-биотехнолог

Сочную зелень, пряные травы можно выращивать не только летом, но и зимой – на подоконнике.

Все мы обожаем зеленные культуры за их удивительное свойство – преображать и обогащать вкус привычных блюд. Но не ту зелень, что измучена транспортировками и обработками и пылится на полках супермаркетов, а чистую и нежную, выращенную с любовью.

После закрытия дачного сезона не нужно прощаться со свежей зеленью до весны, ведь благодаря выгонке можно обеспечить себя витаминами на весь период межсезонья.

Зелень для выгонки

Для выгонки на зелень подойдут:

- корневая петрушка и сельдерей,
- спаржа,
- мангольд,
- лук-шалот,
- лук многолетний и репчатый,
- щавель.

Посадочный материал должен быть здоровым, хорошо вызревшим и однородным. Его заготавливаем до наступления устойчивых холодов, когда почва еще не замерзла (конец сентября – октябрь). Растения аккуратно выкапываем, желательно без повреждений, сохраняя в целости почки, с растений срезаем стебли и листья.

У сельдерея оставляем черешки длиной примерно 3-4 см.

Корни у всех культур укорачиваем примерно на треть.

До выгонки корнеплоды, корневища и луковицы обрабатываем Фитоспорином, порошок или АнтиГниль, помещаем в ящик с песком или опилками. Но лучше всего посадить в подходящие по размеру емкости и хранить в погребе или подвале, где можно поддерживать температуру 1–3 °С и влажность воздуха 63–65 %. Тару нужно обязательно дезинфицировать слабым раствором марганцовки 0,1 %.

Для посадки луков выбираем неглубокие ящики или горшочки, а остальные культуры высаживаем в горшки высотой 20–25 см. На дно емкости во избежание застоя влаги кладем слой керамзитного дренажа.

Образование листьев идет за счет питательных веществ, поэтому используем готовый почвогрунт Земля-Матушка универсальная.

Как только тронутся в рост верхушечные почки, начинаем проводить поливы, поддерживая влажность почвы, но не переувлажняя, ведь именно в этот период идет интенсивный рост корней. Убираем под светильники 5 урожаев ОЖЗ и досвечиваем 8–10 часов. Примерно через месяц, на Новый год, мы получим новый урожай.

Листовая свекла или мангольд – эликсир красоты и молодости

Польза мангольда

Все пищевые компоненты ценны для организма. Входящий в состав мангольда биотин улучшает кожу и волосы (они становятся мягче, меньше секутся, ускоряется их рост). Для детей мангольд незаменим – наличие витамина С ограждает от болезней, кальций помогает в формировании костей, сухожилий, фосфор способствует умственному развитию и укреплению костного скелета. Для тех, кто снижает свой вес, мангольд дает быстрое насыщение, так как в нем много клетчатки, улучшает обмен веществ, что ускоряет расщепление жиров.

Богатый состав мангольда предотвращает развитие опухолей, снижает артериальное давление, помогает при заболеваниях сердца, сириновая кислота нормализует уровень глюкозы при сахарном диабете, улучшает работоспособность мозга, бетакаротин и витамин А значительно снижают риск появления глаукомы. Рекомендуется применять мангольд при дефиците железа и авитаминозах.

ЕШЬ ШПИНАТ И КАБАЧКИ – И ЗАБУДЕШЬ ПРО ОЧКИ

Ухудшилось зрение?! Организму не хватает лютеина

Татьяна Валентиновна Гаева – биолог, специалист широкого профиля

Чтобы быть здоровыми, нам необходимы разные, порой неожиданные вещества, например лютеин. Это желтый пигмент группы гидроксилированных каротиноидов, содержащийся в листьях, цветках, плодах растений, а также во многих водорослях и микроорганизмах. Из продуктов животного происхождения богат лютеином яичный желток. Казалось бы, ничего особенного – окрашивает себе лепестки и плоды, но на самом же деле для нас этот пигмент имеет огромное значение. Без преувеличения можно сказать, что лютеин нужен всем.

Для чего нужен лютеин?

Одним из важнейших компонентов еды, от которого зависит четкость зрения на долгие годы, является лютеин. Желтый пигмент предотвращает развитие катаракты и других заболеваний глаз. При недостатке лютеина у человека в ночное время ухудшается зрение, он теряет способность различать красный и зеленый цвет. Дефицит лютеина приводит к разрушительным изменениям в тканях глаза, ведущим к дегенерации сетчатки. Дистрофия сетчатки и катаракта – основные причины слепоты у людей старше 60 лет.

Тем, кто часто сидит за компьютером, работает с ярким светом (сварочные аппараты, фотовспышки, софиты), спортсменам (горнолыжникам, альпинистам, серферам), а также людям старше 40 лет принимать лютеин просто необходимо.

Желтый пигмент не только сохраняет зрение, но оказывает положительное воздействие на здоровье в целом. Это природный антиоксидант – он очищает ткани от свободных радикалов, предотвращает развитие онкологических заболеваний и обеспечивает защиту от преждевременного старения; благотворно влияет на сердечно-сосудистую систему, очищает кровь от холестерина; обладает способностью поглощать ультрафиолетовые лучи.

Может ли быть вреден лютеин?

Большое потребление продуктов, содержащих желтый пигмент, не имеет никаких вредных побочных эффектов. Применение лютеина в течение длительного времени не опасно для здоровья. В некоторых случаях поступление лютеина с пищей может оказаться недостаточным, тогда его назначают в виде лекарственного препарата или БАДа.

При передозировке нежелательными последствиями могут быть пожелтение кожи, аллергические реакции, но это обратимое состояние. После отмены препарата все быстро приходит в норму. У лютеинсодержащих препаратов нет противопоказаний.

Однако употреблять продукты, богатые лютеином, надо с осторожностью при таких болезнях и состояниях, как желчнокаменная болезнь, беременность, кормление грудью, а также при индивидуальной непереносимости.

Где искать лютеин?

Организм человека не может сам вырабатывать лютеин, а получает его только с пищей. Норма потребления – 5 мг в сутки. Список продуктов, содержащих лютеин, очень широк, поэтому правильно организовать свой рацион не составит труда. Источником лютеина являются фрукты и овощи. Наибольшее количество этого необходимого пигмента содержится в зеленых, желтых, оранжевых овощах (особенно в листовых) и фруктах.

Чемпионами среди зеленых являются шпинат, содержащий рекордное количество лютеина – 12,2 мг/100 г, зеленая кудрявая или фиолетовая тосканская капуста (кале) – 8,2 мг/100 г, петрушка – 5,5 мг/100 г, зеленый горошек – 2,5 мг/100 г, кабачки – 2,0 мг/100 г, брокколи – 1,4 мг/100 г, брюссельская капуста – 0,98 мг/100 г, кинза – 0,8 мг/100 г, сельдерей – 0,28 мг/100 г, базилик, кресс-салат, водоросли. Среди желтых и оранжевых: тыква – 1,5 мг/100 г, болгарский перец – 0,4 мг/100 г, морковь – 0,26 мг/100 г. Из фруктов это – хурма – 0,35 мг/100 г, мандарины – 0,14 мг/100 г, грейпфруты, апельсины – 0,13 мг/100 г, киви – 0,1 мг/100 г, персики – 0,05 мг/100 г, лимон, папайя. Стоит обязательно добавить в свой рацион: желтую сладкую кукурузу – 0,64 мг/100 г; фисташки – 1,41 мг/100 г; семечки; бобы – 0,62 мг/100 г; черный виноград; авокадо – 0,3 мг/100 г, чернику, томаты, перец чили – 0,7 мг/100 г, шиповник, малину, клубнику, черную смородину, облепиху.

Яркий представитель продукта с высоким содержанием лютеина (приблизительно 0,2 мг) – желток крупного яйца, благодаря пигменту он имеет такой насыщенный желто-оранжевый цвет. Если употреблять один желток в день в течение месяца, то уровень лютеина в организме человека может возрасти на 50 %.

Много желтого пигмента и в овсяных хлопьях. В стакане овсянки приблизительно 0,42 мг этого вещества.

Богаты лютеином необычные для употребления продукты: цветы настурции, зелень одуванчика, бархатцы – 8,9 мг/100 г. А в бархатцах (особенно оранжевых сортах) лютеина больше, чем в чернике. Содержание желтого пигмента в 100 г черники – всего 1,3 % суточной нормы. Для того, чтобы в полной мере восполнить суточную потребность в лютеине, понадобится, например, 50 г шпината, 100 г петрушки, 400 г тыквы, 2 кг моркови или 5 желтков, два стакана томатного сока, 1 г лепестков бархатцев.

Для лучшего усвоения пигмента нужны липиды, поэтому продукты, содержащие лютеин, нужно смешивать с жирами: например, тертую морковь заправлять растительным маслом.

НЕ ОПАЗДЫВАЙ С ПОЛИВОМ

С. И. Павленко, биолог

В сентябре – октябре идет интенсивный рост поглощающих корней деревьев и накопление в тканях растений питательных веществ, поэтому так важно, чтобы почва в это время была влажной. При недостатке влаги деревья и кустарники плохо подготавливаются к холодному сезону, не вовремя заканчивают рост и сильно подмерзают зимой. Оптимальный срок проведения влагозарядкового полива – во время листопада. К ноябрю, когда у нас, в зависимости от сезона, бывают значительные морозы, почва должна уже быть напитана водой, а приствольные круги прикрыты мульчей: Мульчей-Разрыхлителем, Торфом Башкирским, компостом или перегноем (желательно на ширину, равную диаметру проекции кроны). Корневую шейку при этом не закрывают. Мульчирование сохраняет влагу в почве, уменьшает глубину и скорость промерзания грунта.

На пониженных участках, участках с высоким стоянием грунтовых вод, с тяжелыми глинистыми почвами влагозарядковый полив проводят только в засушливые годы. Не делают влагозарядковый полив для некоторых косточковых: войлочной, степной, песчаной вишни, уссурийской сливы, абрикоса – возможно подпревание корневой шейки.

Сад необходимо своевременно поливать, не доводя почву до иссушения, опомнившись в ноябре, когда и сам полив по морозу проводить довольно затруднительно.

ВНИМАНИЕ! Проливаем по 10 л на каждый год возраста дерева. То есть под 20-летнюю яблоню потребуется вылить 200 л воды.

В ноябре все приствольные круги деревьев должны быть замульчированы

ЛЕЧИТЕ ДУПЛА ДЕРЕВЬЕВ ДО МОРОЗОВ

С. И. Павленко, биолог

Лечение и заделка дупел обычно производится в сухую теплую погоду, до наступления морозов. Оставлять их открытыми на зиму нельзя – холодный воздух, вода при оттепелях и снег, проникшие в полость, будут способствовать дальнейшему разрушению древесины и расширению отверстия. При обнаружении дупла в ноябре его заделку следует проводить в сухой неморозный день. Ложкой с заостренными краями, стамеской, металлической щеткой или другим удобным инструментом вычищают с поверхности отверстия всю мягкую труху до твердого сухого слоя древесины, даже если она темного цвета, но не до живой ткани.

От главного редактора. В Летнем саду в Санкт-Петербурге старые липы, которые еще помнят Александра Сергеевича Пушкина, были спасены с помощью легендарного природного биопрепарата Фитоспорин-М.

Очищенное дупло обрабатываем антисептиком Фитоспорин-М, порошок и ждем, когда поверхность полностью высохнет. Если отверстие небольшое, его забивают подобранной по размеру пробкой из сухого дерева, также предварительно обработанной антисептиком, излишки пробки срезают. Края дупла замазывают лечебным садовым варом Вар Сад Пчелка, содержащим хвойную смолу, пихтовое масло, пчелиный воск и защитные фитобактерии, которые не пустят в рану опасных микробов. Большие дупла внушительных размеров после зачистки и обработки антисептиком также хорошо просушивают, замазывают внутреннюю поверхность полости садовым варом. Закрытие отверстия в это время года пломбирующими материалами крайне нежелательно – оно дает плохие результаты и очень неудобно. Поэтому, чтобы защитить обнаженную древесину от зимних морозов, внутрь дупла закладывают куски пенопласта, поролона либо другого подходящего материала. На поверхность отверстия накладывают заплатку из толстой пленки, линолеума, закрепляя ее аккуратно строительным степлером, либо привязывая шпагатом.

Для защиты от атмосферных осадков сверху дупла устраивают козырек из пластика, жести – любого прочного непромокаемого материала. Можно приспособить для этих целей технический пластиковый горшок из-под растений подходящих размеров: разрезать его вдоль, вырезать отверстие в дне и надеть на ствол дерева над дуплом. Если остались дренажные отверстия, то их закрывают или залепляют.

В следующем вегетационном сезоне всю эту конструкцию разбирают и приступают к основательному лечению дупла.

Фитоспорин – полезные фитобактерии в споровой форме, проникающие в ткани растений и вырабатывающие биологически активные вещества для их защиты и стимуляции.

ВАР САД – 100 % натуральный садовый вар. В его основе – пчелиный воск, хвойная смола, пихтовое и растительное масла, а также защитные фитобактерии Фитоспорина

☺ Анекдот

– Скажите, а по дереву можно определить, где север, а где юг? – Конечно! Все очень просто: елка – значит север, пальма – юг!

Витамин D ПОВЫШАЕТ ИММУНИТЕТ

Светлана Борисовна Сон – корректор, практикует натуропатию и интересуется живым питанием

Множество исследований доказало уникальную роль витамина D в организме: сложно даже сказать, на какие процессы он не влияет. При этом его дефицит (даже в южных регионах страны) – тотальный. На сегодняшний день нехватку витамина D испытывают от 23 % до 97 % россиян!

Витамин D (или, как его еще называют, «солнечный» витамин) в нашем организме играет огромную роль: предупреждает слабость мышц, повышает иммунитет, влияет на клетки кишечника, почек и мышц, участвует в регуляции артериального давления и работы сердца, важен для функционирования щитовидной железы и нормальной свертываемости крови, необходим для усвоения кальция, предупреждает рахит у детей и остеопороз у взрослых, сохраняет прочность костей и зубов.

Дефицит витамина D приводит:

► к нарушению обмена кальция и фосфора в костях;
► потере минералов в костной ткани, а это риск развития остеопороза (хрупкость костей), рахита (снижение образования костной ткани) и остеомаляции (размягчение костей);
► болям в суставах и мышцах;
► снижению физической выносливости, общей и мышечной слабости;
► головным болям;
► нарушению сна.

В регионах, где продукты содержат мало этого витамина, гораздо чаще встречаются диабет, атеросклероз и артриты, причем болеют ими молодые люди. Доказано, что этот витамин влияет на выработку инсулина, поэтому его рекомендуют для профилактики сахарного диабета I типа у детей.

УДИВИТЕЛЬНЫЙ ФАКТ: нехватка витамина D заставляет нас думать, что жизнь тяжелее, чем есть на самом деле! В условиях дефицита витамина D мы часто впадаем в депрессию, тревожимся, раздражаемся. Не понимая, в чем причина нашего плохого настроения, мы начинаем думать, что это жизнь такая тяжелая, проблемы нерешаемые, начальник злой и т. д., постепенно становясь все мрачнее и сварливее. А ведь часто проблема вовсе не в этом и нужно просто восполнить дефицит витамина D.

Что делать, чтобы не было дефицита?

В день человеку необходимо 15 мкг витамина D. От солнца получить его довольно трудно, особенно в северных широтах, к тому же «солнечный» витамин дарят нам не только ясные дни, но и полезные продукты.

- рыбий жир – 6 г обеспечат 100 % от нормы;
- печень трески (консервы) – 10 г обеспечат 100 % от нормы;
- сельдь атлантическая – 35 г обеспечат 105 % от нормы;
- карп – 40 г обеспечат 100 % от нормы;
- кета или скумбрия – 60 г обеспечат 107 % от нормы;
- белая рыба – 100 г обеспечат 120 % от нормы;
- семга – 150 г обеспечат 100 % от нормы;
- шампиньоны, выращенные под ультрафиолетом, – 35 г обеспечат 112 % от нормы;
- 2 яичных желтка – около 36 г обеспечат 28 % от нормы.

При этом превышение нормы витамина D (0,15 мг), поступающего с пищей, невредно.

Витамин D – ключ к хорошему настроению, иммунитету и здоровым костям! Кстати, чтобы укрепить кости, в любом возрасте полезно гулять – движение, любая физическая работа активирует мышцы, а это улучшает кровоснабжение и трофику (от греч. trophe – пища, питание) костей. А гулять до 11 утра еще полезнее – в это время солнце еще не так активно, но в коже уже вырабатывается витамин D. Лучше сочетать такие прогулки с бегом трюх-трюхсцой или работой в огороде – двойная польза!

фото из интернета

ВСТРЕЧА, ИЗМЕНИВШАЯ МОЕ ОТНОШЕНИЕ К ЗАНЯТИЯМ НА НАШЕМ ПРИУСАДЕБНОМ УЧАСТКЕ

Вячеслав Николаевич Еремин – главный конструктор авиационного предприятия, имеет 10 внедренных в промышленность изобретений

Три года назад счастливый случай свел меня с директором научно-внедренческого предприятия «БашИнком» (далее – НВП) Кузнецовым Вячеславом Ивановичем при обсуждении очередного инновационного проекта НВП с участием доцента УГАТУ к. т. н. Пугина Андрея Михайловича, организовавшего эту встречу, за что ему большая благодарность. Ознакомившись профилем деятельности НВП, созданного с нуля Кузнецовым, я крайне удивился тому, как этот приветливый, светящийся добродушием человек, совсем не похожий на образ жесткого современного предпринимателя, действующего в условиях беспощадной конкуренции, смог создать современное предприятие, давшее сотни рабочих мест, в том числе десяткам высококвалифицированных специалистов – докторам и кандидатам наук в областях биологии, химии, сельского хозяйства и техники. Поразила масштабность – около 300 наименований экологически безопасных микробиологических препаратов и удобрений для сельского хозяйства, отмеченных многочисленными медалями, дипломами и свидетельствами выставок различного уровня в России и за рубежом. В сложных экономических условиях НВП находит возможность заниматься и благотворительностью в разных формах. Размах и направление деятельности НВП убеждает, что жизненным кредо Вячеслава Ивановича является создание экологически чистого, нравственного и гармоничного мира. Бог ему в помощь.

Встреча с Вячеславом Ивановичем меня, сугубого технаря, ранее не вникавшего в огородные дела, которыми занималась только моя супруга, повернула лицом к огороду. И вот «спешу почтительно доложить» о результате такого поворота через два года после знакомства с Вячеславом Ивановичем.

Начал с применения элементов координатного (или, как его еще называют, точного) земледелия. Изготовил из досок 5*18*600 см, пропитанных антисептиком, и установил 8 грядок с внутренней шириной 75 см. Такие грядки имеют точный, не размываемый размер, что позволяет точно дозировать полив, удобрения и препараты, вносимые в грядки, а также уменьшают площадь вспашки (вскопки) земли.

В пространстве между грядками образовался газон, который я время от времени подстригаю легким аккумуляторным триммером, в результате чего после полива или дождя не образуется грязь между грядками. Для посадки лука и чеснока изготовил мерный шнур с разметкой на нем расстояния между зубками чеснока или лука севка при их посадке. Шнур, маленькая часть которого состоит из резинки для исключения провисания шнура, натягивается вдоль грядки, зацепляется крючками из проволоки за саморезы, ввинченные в торцевые части грядки. Расстояние между саморезами определено требованиями к размерам междурядья при посадке лука и чеснока. Для посадки чеснока изготовил из подручных средств сажалку, которая калибрует глубину посадки чеснока. Для оформления ровных рядов при посадке моркови, гороха, свеклы изготовил специальные калибровочные грабли.

Калибровочные грабли, чесночные сажалки и мерный шнур

Длина планки, на которой устанавливаются специальные зубья, точно равна ширине грядки, длина зуба равна необходимой глубине заделки семян, а расстояние между зубьями равно необходимому расстоянию между рядами. Такая технология делает посадки красивыми, удобными для внесения мульчи и прополки, значительно облегчает борьбу с сорняками и подготовку почвы к новым посадкам.

Посадка чеснока

Так, в мои 85 лет я с помощью приспособления «Торнадо» всего за несколько минут без особого труда взрыхлил грядку, густо поросшую сидератом (горчицей) для посадки чеснока.

Поставил теплицу площадью 3*8 метров, где соорудил три грядки из досок – две широкие по краям и одну узкую по центру и смонтировал там капельный полив. И вот последние два года мы, наконец, собираем хороший урожай помидоров и перцев. До этого у нас много лет подряд помидоры буквально «сгорали» за несколько дней от фитофторы, имея уже крупные, но еще зеленые плоды. Теплица и специальный уход за растениями по технологии НВП решили нашу помидорно-перцевую проблему. Таких крупных, мясистых и красивых перцев до применения препаратов НВП мы никогда не имели. И вот результат – в этом году супруга и дочь закрутили около 20 трехлитровых банок помидоров и две семьи весь сезон питались красными, прямо с грядки, помидорами из своей теплицы.

Два последних года, с тех пор, как мы стали применять для ухода за растениями препараты и рекомендации НВП, мы получали устойчиво хорошие урожаи.

Следует учесть, что наша «фазенда» расположена в зоне, где почва относится к категории сероземов,

Помидорам тесно в теплице

суглинистая с повышенной кислотностью. На такой почве получить хороший урожай при приемлемых трудовых и других затратах является непростой задачей. В основном нами применялись препараты модификации «Фитоспорина» для корневой подкормки и подкормки опрыскиванием. В последнем случае применение аккумуляторного опрыскивателя значительно облегчало труд и качество опрыскивания.

Об урожайности некоторых культур в 2020 году.

Картофель. Максимальный вес одной картофелины – 420 г. Средний вес картофелины – 210 г. Одно ведро посаженной картошки дало 14 ведер урожая.

Лук желтый. Максимальный вес одной головки лука – 280 г. Средний вес одной головки лука – 200 г.

Лук красный. Максимальный вес одной головки лука – 210 г. Средний вес одной головки лука – 150 г.

Морковь. Максимальный вес одного плода – 420 г. Средний вес одного плода – 210 г.

Виктория, посаженная в коробчатые грядки и выращенная «по заветам НВП», на второй год после посадки дала обильный урожай ярко-красных, крупных, блестящих, словно покрытых лаком, ароматных и сладких, порой причудливой формы ягод.

В силу возрастного недуга, ограничивающего мою «грузоподъемность» с поворотами, стал думать, как облегчить свой труд и труд своей супруги и повысить его эффективность «на полях». Так на нашем огороде появились теплица, капельный полив, коробчатые грядки, плоскорез Фокина, ручной рыхлитель почвы «Турбо», аккумуляторные опрыскиватель и триммер, самодельная сажалка для чеснока, самодельные калибровочные грабли для образования посадочных борозд в коробчатой (и не только) грядке.

Появились мысли о том, что неплохо бы организовать производство панелей для сборно-разборных коробчатых грядок секциями длиной полтора или два метра, изготавливаемых из вторичного пластика (продукта переработки, например пластиковых бутылок) с продольными ребрами жесткости и необходимыми посадочными метками. Можно было бы наладить выпуск универсальных калибровочных грабель в одном или нескольких вариантах – полностью из вторичного пластика, пластика, комбинированного с металлом и сменными или дополнительно по необходимости насаживаемыми зубьями специальной конфигурации, облегчающей вхождение в землю зуба при движении граблей в грядке. Целесообразен также выпуск универсальной эргономичной ручки, комплектуемой сменными насадками в виде сажалки для чеснока, совка, рыхлителя и др.

Для сохранения урожая соорудил из частей разобранной мебели термоизолированный пенопластом ларь с регулируемым в пределах 4–10 °С электроподогревом. Ларь «прописал» на открытой всем ветрам и непогодам лоджии. Запаса овощей в этом ларе нашей небольшой семье хватает до мая. Такой сборный ларь мог бы, наверное, стать предметом продаж для городского населения.

Вспомнилась идея более чем сорокалетней давности, появившаяся при виде мамы, сажающей семена моркови. В то время были в ходу детские пистолеты, «стреляющие» пистонами, наклеенными на ленту. Тогда подумалось: хорошо бы вместо «порохового заряда» приклеить семя моркови растворяющимся во влажной среде клеем, например, на основе крахмала или казеина, содержащим дозу вещества, способствующего прорастанию семени, и им же пропитать бумажную ленту. Или сконструировать пистолет, стреляющий в посадочную бороздку семенем свеклы, моркови, редиски или гороха за счет энергии сжатой пружины, образуемой при нажатии курка, как в зажигалке, или встроенной батарейки. Если этого еще никто не производит, не плохо бы заполнить эту лакуну.

Только погрузившись на склоне своих лет в огородные заботы, я по-настоящему оценил высказывание древних римлян: «Земледелие – это занятие свободного человека, занятие ремеслами – это удел рабов». Действительно, земледелец не привязан постоянно к конкретному рабочему месту и ему нет необходимости быть звеном производственной цепочки, навязывающей ему ритм однообразно совершаемых действий. Его действия разнообразны во все времена года, он профессионально универсален – часто в одном лице он агроном, животновод, растениевод, птицевод, садовод, экономист, бухгалтер, метеоролог, почвовед, механик, водитель, в том числе специальной сельхозтехники, и Бог знает, чем еще ему приходилось заниматься много столетий до наступления нынешнего времени специализации хозяйств.

Не будет еды – не будет ничего! И если в ближайшем обозримом будущем потребность в углеводородах, доходы от которых составляют значительную часть бюджета России, будет неуклонно снижаться, то потребность в еде будет только увеличиваться. Производство продуктов питания навсегда останется важнейшей частью экономики, а по эффективности может превысить углеводородную отрасль промышленности. И туда необходимо направить лучшие умы инженеров и ученых, которые нынче заняты созданием разнообразных средств уничтожения всего живого и неживого на Земле.

ВСЕ МЫ ДЕТИ

Братюня, Петрович и друзья читают изумительную, трогательную сказку Константина Паустовского

Сказка 11. Часть 7.

Немного напомним, что было в прошлых частях.
Девочка Маша жила с нянюшкой Петровной и с мамой, которая танцевала в театре в спектаклях. Отец же после войны жил в стране со странным названием «Камчатка» и должен был вернуться только весной.

Мама Машу никогда не брала в театр, но в этот раз, когда ей досталась роль Золушки, она пообещала взять её с собой. В утро перед спектаклем Маша проснулась очень рано и тихонько подошла к окну. Нянюшка ещё спала. Театр был огромный, с большими колоннами – Маша так мечтала попасть туда.

Мама за два дня до спектакля достала из сундука букет цветов, сделанный из тонкого стекла, который подарил ей Машин отец. Он попросил маму приколоть к платью этот букетик цветов в день премьеры спектакля. «Так я буду знать, что в это время ты вспомнила обо мне», – сказал он на прощанье. Мама положила букетик на стол и запретила Маше трогать его. Ночью Маша не спала, а в это время старая седая ворона, сидящая на ветке, не моргая наблюдала за девочкой. Ворона ждала, когда Петровна откроет форточку для проветривания комнаты, она пробиралась в комнату, хватала первое, что попадёт на глаза, и удирала.

Ворона жила в старом ларьке, где летом продавали мороженое. Она клювом забивала в щели ларька свои богатства, чтобы их не разворовали воробьи. Иногда ей снилось, что воробьи выдалбливают из щелей яблочную кожуру, кусочки колбасы, тогда ворона начинала сердито каркать. Заслышав шум, милиционер, дежуривший на соседнем углу, подходил к ларьку и заглядывал внутрь.

Однажды ворона застала в ларьке растрепанного воробья Пашку. Жизнь была трудная у воробьев, овса в городе практически не осталось.

Ворона клюнула Пашку в голову, тот упал, прикинувшись мертвым, и ворона выбросила его из ларька. Несчастного воробья подобрал милиционер, положил в варежку и сунул в карман шинели. Пашке так хотелось есть, но в кармане не было ни единой крошки. Маша с Петровной как раз были на прогулке. Милиционер предложил Маше взять воробья на воспитание. Маша очень обрадовалась и согласилась взять бедного голодного Пашку к себе. Дома Пашку накормили, напоили и выпустили. Он тотчас начал исследовать комнату, перелетая с головы кузнеца на голову Крылова. Пашка прожил у Маши целые сутки и за это время увидел, как в комнату прокралась серая ворона и украла рыбью голову. Пашка от страха спрятался за корзину с цветами и тихо сидел.

Каждый день прилетал к Маше воробей Пашка, чтобы поклевать крошки, и даже однажды принес в благодарность замерзшую гусеницу. А Петровна, ругаясь, выбросила её.
Пашка назло вороне утаскивал из ларька украденные вещи и приносил Маше. Однажды Маша захотела посмотреть, как ворона протискивается в форточку, она встала на стул, открыла форточку и спряталась за шкафом. Ворона влезла в комнату и стащила мамин стеклянный букетик. Вернувшись из театра и узнав о случившемся, мама расплакалась, а вместе с ней и Маша. Петровна их успокаивала и говорила, что, может, найдется букетик, если только глупая ворона не обронила его в снег.

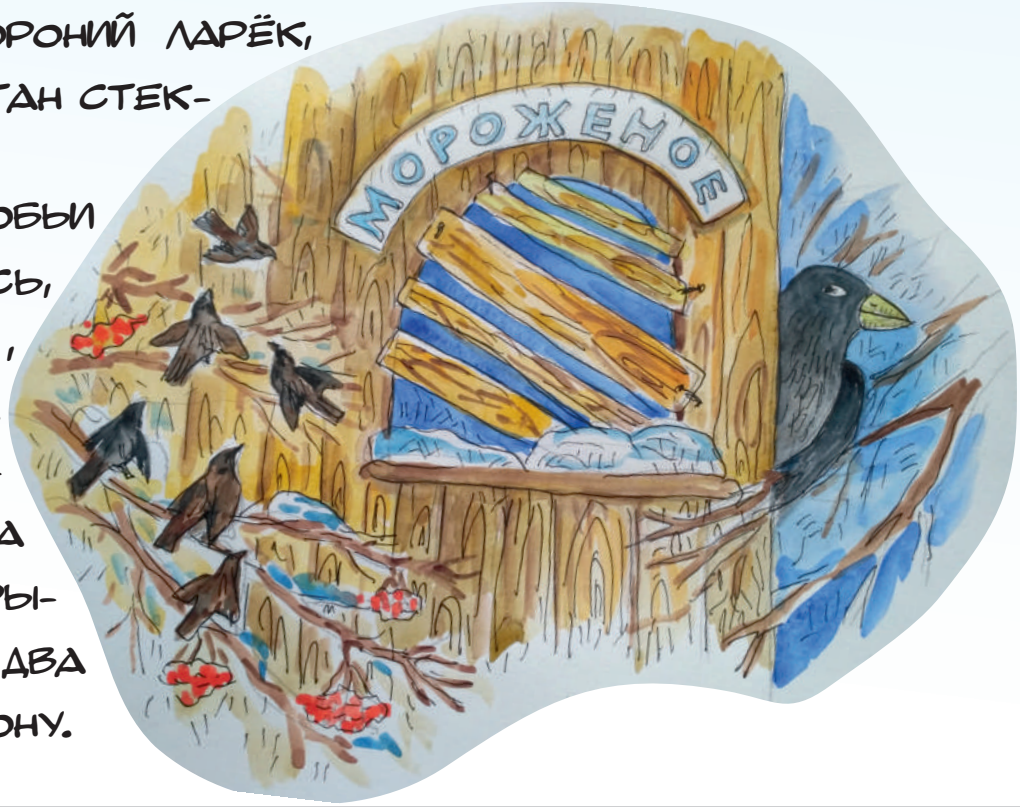
Читаем продолжение

ХУДОЖНИК: Л.Х. Безрукова

Утром прилетел Пашка. Он сел отдохнуть на баснописца Крылова, услышал рассказ об украденном букете, нахохлился и задумался.

Потом, когда мама пошла на репетицию в театр, Пашка увязался за ней. Он перелетал с вывесок на фонарные столбы, с них – на деревья, пока не долетел до театра. Там он посидел немного на морде у чугунной лошади, почистил клюв, смахнул лапой слезинку, чирикнул и скрылся.

Вечером мама надела на Машу праздничный белый фартучек, а Петровна накинула на плечи коричневую атласную шаль, и все вместе поехали в театр. А в этот самый час Пашка по приказу Чичкина собрал всех воробьёв, какие жили поблизости, и воробьи всей стаей напали на вороний ларёк, где был спрятан стеклянный букет.



Сразу воробьи не решились, конечно, напасть на ларёк, а расселись на соседних крышах и часа два дразнили ворону.

Они думали, что она разозлится и вылетит из ларька. Тогда можно будет устроить бой на улице, где не так тесно, как в ларьке, и где на ворону можно навалиться всем сразу. Но ворона была учёная, знала воробьиные хитрости и из ларька не вылезала.

Тогда воробьи наконец собрались с духом и начали один за другим проскакивать в ларёк. Там поднялся такой шум и трепыхание, что вокруг ларька тотчас собралась толпа. Прибежал милиционер. Он заглянул в ларёк и отшатнулся: воробьиный пух летал по всему ларьку, и в этом пуху ничего нельзя было разобрать.

- Вот это да! - сказал милиционер.

- Вот это рукопашный бой по уставу!

Милиционер начал отдирать доски, чтобы открыть заколоченную дверь в ларёк и прекратить драку.

В это время все струны на скрипках и виолончелях в театральном оркестре тихонько вздрогнули.

В следующем номере читайте продолжение этой необычной сказки

Семёнова Полина

Молодцы!

Валеевы Тимур и Алина

Добрый день, дорогая редакция газеты «Моя грядка изобилия». Пишут тебе брат Тимур с сестрой Алиной. Мне 14 лет, а сестре моей 11 лет. Мы хотим поучаствовать в конкурсе и отвечаем на вопросы Братюни. Задачу 1 мы решили так же, как и Братюня. Наш ответ – 4. Задача 2. Наш с сестрой ответ – 9 кошек. Но это кроме Братюни, ведь Братюня – кот.

Задача 3. На нее у нас точного ответа нет. Мы прочитали все номера газеты этого года. В январе и феврале Братюня много разговаривает, с мая по сентябрь он вообще ничего не говорил, в октябре он начал говорить и даже задавать вопросы. Но прежде чем задать вопрос, он сказал только одно слово: «Я». Возможно, что если не считать все месяцы его молчания, меньше всего говорит он в октябре. В общем, мы затрудняемся с ответом. Будем рады участвовать в конкурсах снова! Братюне привет и поцелуйчик в щёчку от сестрёнки Алины. Пока-пока!!!!

Петрович вздохнул: «Вот какая история... да, интересно, что будет?»

Братюня: «Ребята, ребята, у нас есть первые призёры, ответившие правильно на наши задачки. Вот правильные ответы от Семёновой Полины: 1) 4, 2) 9, 3) февраль. Отправляем ей наборы чудо-самолётов».

Сонечка: «А вот ещё замечательное письмо от наших друзей»

Петрович: «А вы знаете, Тимур и Алина занимаются научной работой, которая, скорее всего, принесёт много пользы людям. Они могут стать хорошими, добрыми, нравственными и успешными предпринимателями. Об этом статья в нашей газете на стр. 21».

Братюня: «Ой, какие умные, творческие у нас люди! Предлагаю решить ещё задачи».

Задача четвёртая. У квадратного стола отпилили один угол. Сколько теперь углов у стола?

Задача пятая. Как в решете воды принести?

Приз - набор самолётов «Взлетаем в небо Башкортостана».

Эх, хорошо в России!

Дорогие друзья! Присылайте свои ответы на почту mgi@bashinkom.ru. В письме напишите немного о себе и ваш почтовый адрес. После получения приза просим сфотографироваться с ним и прислать фото нам.

ДОЖДЕВЫЕ ЧЕРВИ ДЛЯ ОТЛИЧНОГО УРОЖАЯ, ИЛИ «ЗОЛОТО ПОД НОГАМИ»

Валеева Алина и Валеев Тимур, ученики лицея № 155 г. Уфы

Нас зовут Валеева Алина и Валеев Тимур. Мы ученики 155 лицея города Уфы Республики Башкортостан. А еще мы биологи и юные садоводы-огородники. Поэтому нам очень интересно, как вырастить большой, но главное экологически чистый урожай. В этой статье мы хотим рассказать, как узнали о секретах дождевого червя и создали вермифабрику по изготовлению биогумуса у себя дома!

Все началось с того, что мы задумались, почему в земле на нашем огороде дождевых червей практически нет, а в лесной их очень-очень много. Оказывается, чем больше органики – тем больше червей. Органические остатки образуются из отмерших наземных корневых частей растений, при разложении останков животных. Органические остатки в почве перегнивают. Бактерии, земляные черви, насекомые, улитки, их личинки превращают перегнившие органические остатки в гумус. Благодаря гумусу растения легко могут усваивать все полезные вещества: фосфор, калий, магний, кальций, серу.
Значит, чтобы сделать почву в нашем огороде плодородной – нам нужен биогумус, а чтобы появился биогумус – нам нужны черви!

Мы принялись экспериментировать, и уже через год доказали, что биогумус действительно влияет на рост и развитие растений, а также смогли получить его в домашних условиях.

Чтобы проверить влияние биогумуса на растения, мы провели эксперимент по выращиванию рассады овощей с использованием биогумуса и без него. Мы посадили семена томата, перца и огурца в обычную землю и землю, смешанную с биогумусом 1 к 3.

Ура! У нас все получилось! Эксперимент доказал положительное влияние биогумуса на рост и развитие растений. Растения, которые выросли с использованием биогумуса, развивались гораздо быстрее и были выше в среднем на 35 %, чем растения, выращенные в обычном грунте для рассады.
Вы можете убедиться в этом (см. фото опытов).

Мы были приятно удивлены нашими результатами и очень хотели дальше наблюдать за ростом растений, но наступила осень, и пришлось отложить наблюдения на следующий год. Нам очень хотелось

1. ОПЫТ НА ТОМАТАХ
18 дней

2. ОПЫТ НА ПЕРЦАХ
18 дней

3. ОПЫТ НА ОГУРЦАХ
8 дней

ВЫВОДЫ:

1. Всхожесть семян в лотке Гумус + Земля выше на 50 %. Рост растений в лотке Гумус + Земля больше на 30 %.

2. Всхожесть семян в лотке Гумус + Земля выше на 33 %. Рост растений в лотке Гумус + Земля больше на 31 %.

3. Рост растений в лотке Гумус + Земля больше на 32 %.

побыстрее развести червя, чтобы уже к весенней посадке рассады у нас был свой биогумус. И мы принялись за это дело!

ИНТЕРЕСНО. Мы узнали, что основатель российской вермикультуры – Игонин Анатолий Михайлович. Это известный русский ученый, профессор, доктор медицинских наук. Он понимал, что только экологическое земледелие может спасти сельское хозяйство России, вернуть здоровье и благополучие народу.
В 1986 году он организовал лабораторию по изучению дождевого червя и выведению его нового вида. Ученый скрестил местного (северного) и Чуйского (южного) дождевых червей. Был получен уникальный гибрид, впоследствии названный «Старателем». Анатолий Михайлович написал книгу «Дождевые черви. Как повысить плодородие почв в десятки раз, используя дождевого червя «Старатель». Именно по его технологии сегодня производят биогумус на производствах.

Вот такие замечательные черви:
• они предназначены для ускоренной и более качественной переработки различных органических отходов;
• работают в гораздо большем диапазоне температур от +8 до +29 °С;
• продолжают откладку коконов даже при температуре +8°...10 °С;
• не покидают свою территорию;
• легко переключаются с одного типа корма на другой;
• едят все: навоз, кухонные отходы, прошлогоднюю листву, бумагу и т. п.;
• сохраняют высокую жизнеспособность и производительность при высокой плотности заселения в субстрате.

Червь «Старатель» относится к виду дождевых компостных червей Eisenia foetida

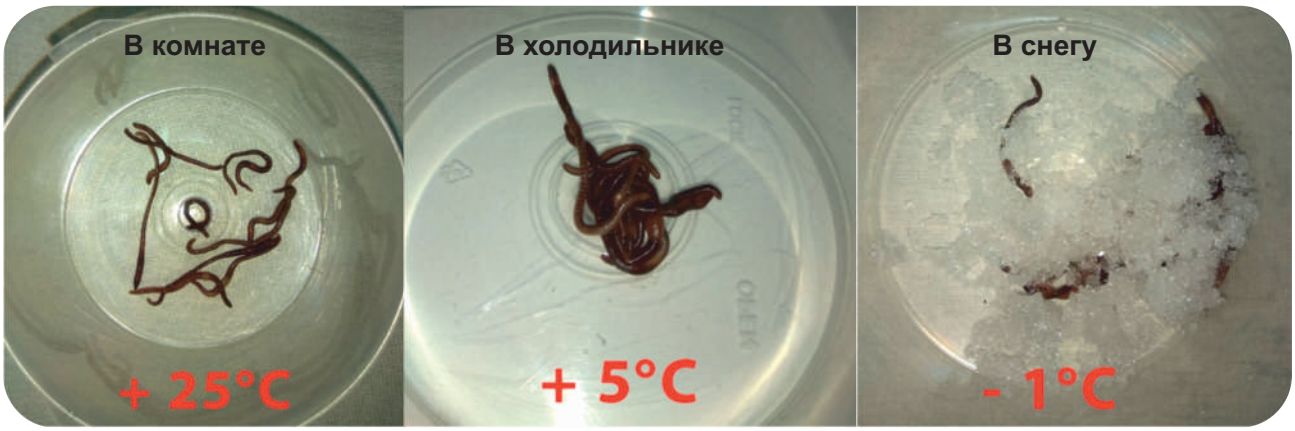
Как мы проводили опыты

Мы купили 1000 штук червя «Старателя», но можно самим накопать обычного червя в навозной куче. Из пластиковых ящиков соорудили многоэтажный дом. На дне и в стенках сделали отверстия, на дно ящиков положили дренаж – ветки деревьев и заселили в ящики червя вперемешку с почвой.

Вермифабрика из ящиков:
1. Подставка для ящиков.
2. Пустой пластмассовый ящик (без дырочек), в него стекает вся лишняя жидкость из верхних ящиков. Эта жидкость называется «вермичай», она также используется как удобрение.
3. Ящик с червями (с дырочками в стенках и на дне).
4. Ящик с червями (с дырочками в стенках и на дне).
5. Крышка.

Каждый день мы наблюдали за нашими питомцами, кормили их и увлажняли почву по необходимости.
Также мы проводили опыты над червем. Убедились, что червям комфортно при температуре +25 °С.

Для кормления червей можно использовать любые растительные остатки: картофельную кожуру, листья капусты, огрызки яблок, кожуру бананов, кофейную гущу, спитый чай, очистки моркови, свеклы, испорченные и вареные овощи.



Нельзя класть остатки цитрусовых, они повышают кислотность субстрата. Спитый чай и кофейную гущу можно класть без всякой обработки. Вообще, черви привыкают практически к любой растительной пище. Они могут поедать навоз, траву, ил, даже картон и бумагу. Никаких мясных включений быть не должно – от них может появиться в доме неприятный запах.

Все это желательно немного прикопать, чтобы червям было проще найти еду, т. к. в природе они добывают пропитание в почве, а не на ее поверхности. К тому же на поверхности еды часто развивается плесень. Она неопасна, но может быть неприятна на вид.

Сверху все необходимо накрыть бумагой, картоном, бумажными ячейками от яиц или сеном, чтобы запах еды не привлекал мошек.

Всю зиму мы наблюдали за нашими червячками, а они радовали нас появлением коконов – маленьких яичек с новыми зародышами. Значит, у нас все получилось!

Коконы дождевых червей

Дорогие! Подписывайтесь на нашу газету «Моя грядка изобилия».

Наши подписные индексы в каталоге ПОЧТЫ РОССИИ – П7961 и П8145.

Стоимость подписки:
1 месяц – от 50 рублей
3 месяца – от 100 рублей
6 месяцев – от 300 рублей

Федеральное государственное предприятие «ПОЧТА РОССИИ»
Бланк заказа периодических изданий

Ф. СП-1

АБОНЕМЕНТ

На газету / журнал «Моя грядка изобилия» (наименование издания) П7961 (индекс издания)

Количество комплектов

На 201 год по месяцам

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Куда (почтовый индекс) (адрес)

Кому

Линия отреза

ПВ место литер

ДОСТАВОЧНАЯ КАРТОЧКА П7961 (индекс издания)

На газету / журнал «Моя грядка изобилия» (наименование издания)

Стоимость: подписки руб.; каталожная руб.; переадресовки руб.

Количество комплектов

На 201 год по месяцам

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

почтовый индекс

Город
село
область

Район

код улицы

улица

дом корпус квартира

Фамилия И.О.

Но случались и казусы. Однажды червь начал вылезать по стенкам из ящика. Мы вовремя сообразили, что переувлажнили субстрат. Не зря же во время дождя мы часто видим на дорожках червей. Они задыхаются в залитой дождем почве и вылезают на поверхность подышать. Мы сделали вывод – переувлажнять опасно!

Проводя исследовательскую работу по наблюдению за жизнью дождевых червей, мы узнали очень много интересного.

Проанализировав все проведенные опыты, мы пришли к выводу, что дождевые черви – это неутомимые маленькие труженики, которые выполняют сложнейшую работу по образованию почвы. Они вносят самый большой вклад в образование гумуса. Это удобрение действительно работает! В этом мы убедились в своем эксперименте при выращивании рассады.

Биогумус удивителен:

- **Это 100 % органическое удобрение!**
- **Позволяет восстановить плодородие бедных земель.**
- **После внесения биогумуса в почву положительный эффект наблюдается на протяжении 3–5 лет.**
- **Укрепляет иммунитет растения.**
- **В 10–15 раз эффективнее любых известных органических удобрений.**
- **Повышает урожайность на 35–75 %.**
- **Совершенно безвреден в любых концентрациях и на любых почвах.**
- **Имеет нейтральную реакцию среды pH 6,5–7,5.**
- **Содержит в оптимальном соотношении все полезные вещества.**
- **Абсолютно безопасен в бактериальном отношении, т. к. в отличии от навоза не содержит яиц гельминтов и патогенной микрофлоры.**
- **Не содержит семян сорных растений.**
- **Гарантия получения экологически чистого урожая.**

Дождевые черви могут оказать реальную помощь в процессе восстановления почвенного покрова и плодородия, необходимо лишь соблюдать условия и правила их разведения и содержания. Биогумус – это гарантия богатого урожая и получения экологически чистых продуктов. К тому же червей можно использовать не только в домашнем хозяйстве, но и в сельском: для переработки растительных отходов производства, непригодных в пищу, а также навоза, опилок, бумаги. Это будет очень рациональная и экологически чистая утилизация. Ведь, проходя через кишечник червя, эти отходы превращаются в «черное золото» – бесценное удобрение.

Не бойтесь разводить червей дома! С этим справится даже ребенок!

СоткА чернозема – готовое удобрение для сада-огорода, гумус плодородия. Превосходит навоз и компосты по содержанию гумуса! Стимулирует иммунитет растений к болезням.

Вермиферму сверху необходимо накрыть бумагой, картоном, бумажными ячейками от яиц или сеном, чтобы запах еды не привлекал мошек

ОПТИМАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ ХРАНЕНИЯ ОВОЩЕЙ

А. А. Кызин, технолог

Продукция	Температура, °С	Влажность воздуха, %	Время хранения, сутки
Томаты: бурые, красные, зеленые	 от 1 от 2 от 0,5 до 1 от 11 до 13	 85-90 85-90 85-90	 до 30 14-28 21-28
Морковь	от 0- до -1	90-95	180-300
Огурцы	от 8 до 10	85-95	до 10
Свекла	от 0 до 1	90-95	180-300
Кабачки	от 0 до 4	85-90	до 15
Картофель	от 2 до 3	70-80	180-300
Сельдерей	от 0 до 1	90-95	120-240
Капуста: ранняя, среднепоздняя, поздняя	 от 0 до -0,5 от -0,5 до -0,8 от 0 до -0,8	 85-90 85-90 90-95	 до 30 60-120 180-240

Памятка

ПОЛУЧЕНИЕ И ПРИМЕНЕНИЕ АУТОПРОБИОТИКОВ

«Ауто» (с греч. – сам, свой), «про» (с греч. – для), «био» (с греч. – жизнь).

Пробиотики – для жизни: полезные микроорганизмы для человека, для его здоровья.

Аутопробиотики – свои собственные пробиотики для жизни и здоровья.

У каждого человека свои персональные, отличные от других людей аутопробиотики.

Огромное значение в поддержании иммунитета человека на высоком уровне имеет микробиоценоз кишечника.

«Иммунитет» (с лат. – освобождение) – сопротивление болезням, способность организма поддерживать свою целостность и биологическую индивидуальность путем распознавания и удаления чужеродных веществ и клеток.

Микробиоценноз, микрофлора – совокупность микроорганизмов. Микрофлора кишечника человека составляет 2-3 кг и выполняет функцию важнейшего органа: помогает переваривать пищу, синтезирует витамины, ферменты, ускорители химических и биологических реакций, защищает от болезней, от патогенов – болезнетворных бактерий, грибов, вирусов и т. д.

При развитии дисбактериоза (гибель, уменьшение количества полезных микроорганизмов, появление патогенной микрофлоры в кишечнике) иммунитет снижается, поэтому для его восстановления используют промышленно произведенные препараты-пробиотики, чаще всего на основе бифидо- и лактобактерий. Но пробиотики из производственных штаммов бактерий плохо приживаются в кишечнике. поэтому эффект от их применения часто бывает кратковременным.

Только свои собственные штаммы (аутоштаммы, аутопробиотики), выделенные из кишечника конкретного человека, практически полностью приживаются и помогают быстрее выздороветь.

Любой человек индивидуален и неповторим. У разных людей живут разные бифидо- и лактобактерии, в течение детских лет (с 1 года до 5 лет) они становятся строго индивидуальными – «генетически детерминированными» для каждого конкретного человека.

БашИнком в каждый дом

НАШ ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИН
Доставка в любой регион России

www.bashinkomvdom.com
тел. 8-800-775-43-00

На Земле 8 миллиардов человек, и у каждого свои, отличные от других людей, полезные микроорганизмы в кишечнике.

Самым идеальным решением проблемы восстановления микрофлоры является использование аутопробиотиков, т. е. своих собственных, родных – персональных пробиотиков.

Аутопробиотик

Это биологически активные добавки или продукт функционального питания, в состав которого входят штаммы бактерий, выделенные из микробиоценоза конкретного человека (индивида), предназначенные для приема этим конкретным человеком.

Собственные штаммы бактерий (аутоштаммы), генетически идентифицированные и размноженные в лабораторных условиях, приживаются в кишечнике у данного индивида с эффективностью до 100 % и могут за короткое время полностью восстановить микробиоценноз кишечника.

ВАЖНО ПОНИМАТЬ!

Аутоштаммы необходимо выделять до проведения процедур, которые могут снизить жизнеспособность микроорганизмов в кишечнике, это: антибиотикотерапия, химиотерапия, лучевая терапия, хирургическое вмешательство и другие виды стрессов. После окончания стрессовых процедур необходимо восстановить нормобиоценоз кишечника аутопробиотиком на основе собственных штаммов лактобакте-

ОКАЗЫВАЕТСЯ, ОСЕНЬЮ НАС КУСАЮТ НЕ ОБЫКНОВЕННЫЕ МУХИ, А УЖАСНЫЕ ЖИГАЛКИ

Марина Васильевна Прибытова – заведующая инсектарием, добрый и отзывчивый человек

Золотая осень – прекрасное время не только для окончания дачного отдыха, сбора урожая, но и для насекомых. Осенние мухи многим не дают покоя – они больно кусаются и портят настроение. Что это за напасть и как с ней бороться – читайте в статье.

Удивительно, но насекомые тоже чувствуют приход осени: наступают ночные холода, ухудшается качество пищи, день становится короче. Где же им искать спасение, если не вблизи человека? Особенно это касается мух-жигалок. Казалось бы, мы все знаем про этих надоедливых насекомых, но, увы, это не так.

Каждый помнит из детства, как больно кусаются августовские мухи. Считалось, что насекомые становятся злее перед своей гибелью, но это лишь миф. На самом же деле в начале осени нас донимают не обычные мухи, а жигалки! Внешне они очень похожи на комнатных, но их тип питания и ротовой аппарат различаются.

Жигалка любит селиться там, где есть домашний скот, ведь кровь животных для нее хороший источник пищи. То же самое побуждает муху селиться в жилище человека, а далеко не сладости и пища, которую мы едим.

Почему кусаются мухи?

Причин может быть несколько:

- резко возросла численность,
- с наступлением холодов увеличилась потребность в пище,
- похолодание вынудило перебраться к человеку для сохранения своей популяции.

УДИВИТЕЛЬНЫЙ ФАКТ! У насекомых силен инстинкт самосохранения, и сколько бы люди ни старались их уничтожать, им это не под силу. С приходом весны вновь начинается круговорот жизни – размножение и борьба идут рука об руку.

Как бороться с опасными жигалками?

Жигалки могут быть переносчиками различных болезней животных и человека. Укус такой мухи часто вызывает зуд, жжение, аллергию. Поэтому если в ваше жилище попала жигалка, не стоит пренебрегать мерами безопасности.

Первое, что необходимо сделать, – ограничить лет мух в дом, поставив москитные сетки. Можно попытаться перебить их вручную или повесить клейкую ленту. Чтобы отпугнуть мух от жилища, посадите вокруг пахучие растения – кусты черемухи, смородины, бузины, а в самом доме держите ароматные букеты из череды, чистотела, зверобоя. Хорошо отпугивает мух и других вредных насекомых герань. Не менее эффективен специальный ультразвуковой отпугиватель насекомых.

Также не забывайте о профилактике на дачных участках – закрывайте мусорные баки, емкости для отходов, не запускайте выгребные ямы. Эти простые меры помогут снизить численность опасных насекомых.

Помните, мухи-жигалки очень плодовиты. При благоприятных условиях их популяция может вырасти к осени до опасных масштабов.

МАРАФОН «УДИВИТЕЛЬНЫЕ 10 000 ОПЫТОВ БИОТЕХНОЛОГИИ ОЖЗ»

Участвуйте и получайте призы

На дворе осень, а у нас свежие витаминчики подрастают. Не верите? А давайте вместе выращивать свежую зелень на подоконнике, обогащаться витаминами и получать за это призы! Приглашаем всех принять участие в марафоне «Удивительные 10 000 опытов биотехнологии ОЖЗ».

Что для этого нужно? Да ничего особенного!

Приглашаем вас:

1. Подписаться на аккаунт @bashinkom в Инстаграм.

2. Написать в Директ: «Биотехнологии «БашИнком» в жизнь!»

3. Прочитать инструкции про наши препараты, которые принимают участие в марафоне.

4. Подготовить:

- ящички для выращивания растений (для каждой культуры 2 ящика – «контроль»и «опыт»);
- дренаж;
- почвогрунт (рекомендуем «Землю Матушку»);
- биопрепараты: Фитоспорин-М Рассада, Гуми, 33 Богатыря, Кормилица Микориза;
- семена (сортовые народные семена карликовых томатов можно приобрести у @michurin_tomati).

Рекомендуемые культуры: салаты листовые, кресс-салат, томаты карликовые, перец острый, рукола, петрушка, кинза, огурец балконный, портулак, шпинат, горчица салатная, мангольд, базилик, баклажан, горох, кервель, мелисса лимонная, мята, щавель, бархатцы, ноготки, настурция, астры, петунья, маргаритка.

- лейку;
- лампу для подсвечивания растений.

5. Провести закладку минимум 2 опытов.

6. Выбрать день недели для фотоотчета и каждую неделю в этот день делать пост-отчет в своей ленте. Как сделать правильный фотоотчет, смотрите в каруселе (фотогалерее поста).

7. Отчет о закладке опыта, еженедельный и итоговый отчеты оформить отдельными постами у себя в ленте Инстаграм (в своем личном аккаунте). Отчеты обязательно выкладывать именно в ленте, в сторис можете выкладывать дополнительно (приветствуется).

8. В каждом вашем посте-отчете вы должны ОБЯЗАТЕЛЬНО использовать:

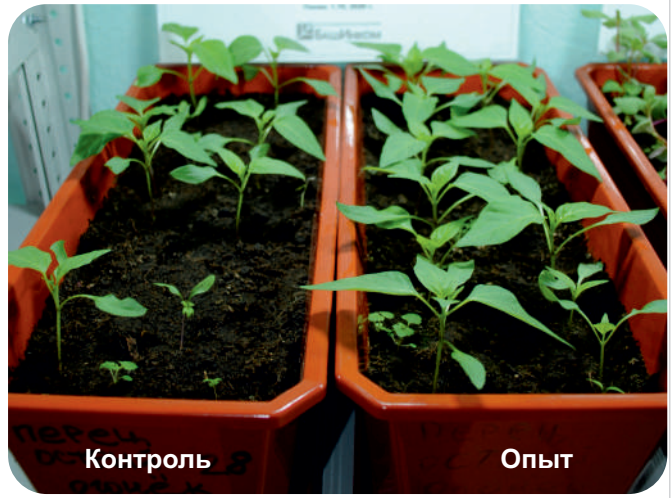
- наш адрес @bashinkom (без указания адреса мы не увидим ваш отчет);
- хештеги #10000_опытов, #биотехнологиибашинком.

Лучшие видео- и фотоотчеты мы разместим в наших соцсетях и на каналах наших партнеров.

Обязательно! Напишите нам в директ разрешение на использование ваших материалов.

Призы по номинациям:
Лучший видеоотчет. Лучший фототчет.
Самая креативная работа.
Самый активный участник. Юный биолог.

Более подробную информацию читайте на сайте gryadkaojz.ru



А у нас в проекте «10 000 удивительных опытов» еще один отличный результат. На 63 % в опыте с перцем острым была лучше всхожесть, и уже сейчас можно заметить, что он формирует более широкие листья. Чем шире листовая пластина, тем больше фотосинтезирующих «фабрик» в нем работает, – следовательно, и урожай будет богаче, слаще и в данном случае острее.

Дорогие читатели, присылайте свои вопросы, наши специалисты с радостью ответят вам. Если вы получили великолепные большие урожаи при помощи системы ОЖЗ – экологического органического живого земледелия либо выращиваете необычные растения, а может, вы своими руками что-то смастерили, оформили дворик... – присылайте фото с рассказом, как вы этого добились на электронную почту mgi@bashinkom.ru. Мы разместим вашу историю на страницах вашей любимой газеты.

Вот такой необычный вопрос поступил к нам в редакцию.

Здравствуйте, уважаемая редакция! Подскажите, как можно развести у себя на участке божьих коровок? Тля расплодилась, а химические препараты не хотим и не собираемся применять.

Н. Н. Давыденко, г. Уфа.

Отвечает на вопрос И. Л. Ермолаева (специалист по защите растений от болезней и вредителей).

Божьи коровки – это яркие жучки, знакомые всем с детства, они естественные враги тли и других вредителей, а значит, хорошие помощники на даче. Насекомые любят тепло, поэтому активны в теплое время, а когда холодно, летают меньше и медленнее.

Несмотря на свою симпатичную внешность, эти жучки являются грозными хищниками, способными уничтожать тлю, белокрылку, клещей, мучнистых червецов. Взрослая особь может съедать за сутки до 150 тлей, уничтожая за свою жизнь от 5 до 6 тысяч разных вредителей. Это очень хорошее подспорье для садовода, которое заставит задуматься о привлечении столь полезных хищников. А способы привлечь их на свой участок очень нехитрые – нужно только обеспечить насекомых питанием и благоприятной средой. Можно их привлечь, обработав участок органической смесью: дрожжи, сахар и вода в пропорции 1:1:10. Такая подкормка будет настоящим подарком божьим коровкам и разнообразит их рацион. Вряд ли энтомофагам захочется покинуть столь гостеприимное место.

Больше всего божьи коровки любят селиться рядом с душистыми пряными травами: тмином, укропом, петрушкой, мятой, кориандром, фенхелем. Часть из них можно оставить до цветения, и они обязательно слетятся к вам. Также можно посадить яркие цветы: подсолнечник, календулу, бархатцы, на которых любят сидеть эти насекомые. Но для того, чтобы они задержались у вас на участке, нужно обеспечить их основной пищей – тлей – и предоставить им надежное укрытие. Для тлей можно посадить растения-приманки: редис, ноготки, настурции, а для укрытия – низкорослые растения: тимьян, мяту, орегано. Также можно замульчировать почву слоем измельченных листьев или соломы. Тысячелистник, ромашка, одуванчик, василек и другие полевые цветы очень привлекают божьих коровок. Поэтому не надо постоянно скашивать отдельные участки полевой растительности, где эти хищные жуки смогут найти себе приют. Если не полениться, можно сделать домики, в качестве которых послужат картонные втулки от рулонов туалетной бумаги или бумажных полотенец. В них проделывают по краям отверстия, продевают веревку и вешают на ветках деревьев или заборе, положив внутрь 2-3 изюминки. Такому укрытию и угощению божьи коровки будут очень рады.

Под милой внешностью божьей коровки скрывается опасный хищник

Эти хищники постоянно нуждаются в воде. Они находят ее в виде росы, дождя или после полива, но чтобы насекомые наверняка не улетели с участка, им нужно обеспечить дополнительные источники питья. Достаточно рядом с деревьями поставить неглубокие тарелки с водой, а на дно набросать мелких камней или кусочков древесины. Они смогут пить, усаживаясь на них, не рискуя утонуть. Воду следует менять раз в 3–5 дней.

Химические удобрения и пестициды уничтожают не только вредителей, но и полезных насекомых, включая и божью коровку, которая даже и приземляться не будет на обработанный участок, тем более там уже будет мало еды для такого прожорливого насекомого. Выбирая между уничтожением вредителей химическими препаратами и созданием условий для божьих коровок, которые очистят от них сад, вы сами можете сделать выбор в пользу последних, ведь эти насекомые несут только пользу и совсем не опасны для человека.

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР. Я раньше как-то не очень верил в пользу лекарственных растений. Но в последние годы мы провели много опытов с ними – эффект просто удивительный! Дорогие, сейчас я призываю вас: протяните руки и берите. В природе есть все – и здоровье, и польза, и радость! Выращивайте лекарственные растения, оздоравливайтесь, лечитесь.

Народный проект «СВОЯ АПТЕКА В ОГОРОДЕ»

ЦВЕТОЧНЫЕ ЖИВЫЕ ЧАСЫ В ВАШЕМ САДУ. БИОЛОГИЧЕСКИЕ ЧАСЫ

Альфия Муратовна Мингажева – кандидат биологических наук, специалист по лекарственным травам

В прошлом номере газеты мы писали о живых цветочных часах, которые «работают» благодаря суточным циклам растений, каждое из которых «засыпает» и «просыпается» в строго определенное время, благодаря чему по ним можно определять время. А теперь рассмотрим растения, из которых можно собрать «биологические часы».

Продолжение статьи. Начало в прошлом номере

Время по «живым часам» можно определить только в солнечные дни. В пасмурную, дождливую погоду или при сильном тумане цветы или не раскроются, или раскроются «не по расписанию». Кроме того, раскрывание и закрывание цветков зависит от многих других условий, например, от географического положения или времени восхода и захода солнца. Периодичность открытия и закрытия цветов выработалась у растений постепенно и определяется не только солнечным ритмом, но и ритмом жизни насекомых, которые опыляют цветки, – они открываются, когда насекомые начинают летать. К вечеру многие цветы закрываются, чтобы предохранить нежные органы от переохлаждения и попадания на них ночной росы. Также цветы закрываются во время дождя, ведь дождь может смыть драгоценную пыльцу, не произойдет опыления и не будет семян. Каждый живой организм стремится выжить и оставить потомство.

Большинство растений открывают цветы днем, но есть и такие, которые открывают свои лепестки только вечером. Например, любка двулистная и душистый табак начинают выделять аромат только после захода солнца. У ночных цветков всегда сильный запах, и обычно они белого цвета. Все это природой устроено, чтобы ночью насекомым легче было их найти и перенести пыльцу с одного растения на другое, благополучно «зачать» семена и оставить потомство.

Таблица Линнея действительна только там, где она была составлена, – в шведском городе Упсала. Цветочные часы, в отличие от механических, на разных географических широтах ходят по-разному. Так, например, цветы осота огородного в Московской области открываются в то же время, что и у Линнея в таблице, в 6-7 часов утра, но закрываются позже – не в 12, а в 1-2 часа дня. Таких несовпадений много, кроме того, некоторые виды из линнеевского списка в России не растут, так что сделать часы точно по его образцу не получится. Стоит также иметь в виду, что большинство растений – агрессивные сорняки, и вряд ли из них получится красивая клумба.

Далее приведена таблица со списком растений – биологических часов. Но, как мы уже сказали выше, время раскрытия и закрытия цветков у растений зависит от географической широты местности, поэтому если хотите создать цветочные часы в вашей местности, вы должны обойти окрестности и отметить, у каких растений в вашей местности и в какое время цветки раскрываются и закрываются. Вы можете сами пополнить эту таблицу, исходя из своих наблюдений и исправив время закрытия и открытия цветов.

фото из интернета

Цветочные часы

Растения для биологических часов

Козлобородник луговой
Время открытия – 3–5 ч.
Время закрытия – 10-11 ч.

Горчак или горлюха ястребинковая
Время открытия – 4-5 ч.

Лилия кудреватая, лилия саранка
Время открытия – 5 ч.
Время закрытия – 19-20 ч.

Кульбаба осенняя
Время открытия – 4-5 ч.

Роза коричная, шиповник
Время открытия – 4-5 ч.
Время закрытия – 19-20 ч.

Череда трехраздельная
Время открытия – 5-6 ч.

Лен посевной, или обыкновенный
Время открытия – 6 ч.
Время закрытия – 17 ч.

Лилейник буро-желтый
Время открытия – 5 ч.
Время закрытия – 19-20 ч.

Маргаритка многолетняя
Время открытия – 5-6 ч.
Время закрытия – 18 ч.

Цикорий обыкновенный
Время открытия – 6-7 ч.
Время закрытия – 15-16 ч.

Мак самосейка
Время открытия – 5 ч.
Время закрытия – 20 ч.

Коровяк скипетровидный
Время открытия – 5-6 ч.

В списке представлены растения с указанием времени на широте Москвы в летнее время и растения из линнеевского списка

В этом списке представлено 61 растение. Полный список смотрите на сайте gryadkaojz.ru или в группе vk.com/gryadkaojz

Итак, вы решили создать цветочные часы в своем саду: выберите из таблицы цветы, которые вам нравятся и которые открываются и закрываются в разное время, пронаблюдайте за суточной ритмикой этих растений и внесите поправки, так как для каждой географической широты время будет отличаться. Проведите наблюдения над другими видами, которые не внесены в таблицу, и выберите подходящие растения, цветение которых совершается в наиболее определенное время.

Цветочные часы показывают лишь солнечное время данного пункта, мы же живем по усредненному поясному времени. При этом в пунктах, лежащих в западной и восточной частях каждого пояса, расхождение с солнечным временем составляет 1 час. Кроме того, в целях экономии электроэнергии устанавливают на весенне-летний период декретное время, которое также значительно отличается от местного солнечного времени.

Поэтому определение времени будет весьма приблизительным.

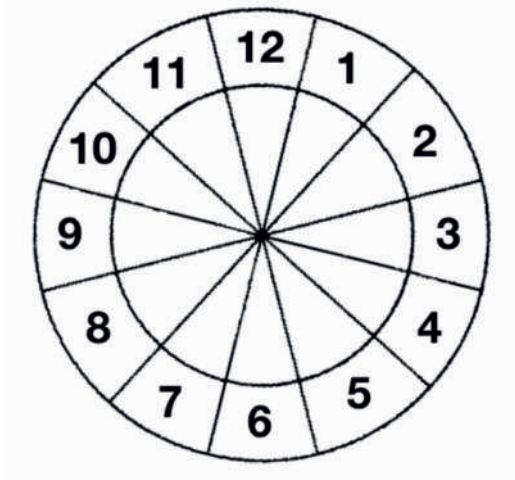
Можно сажать растения в контейнерах, чтобы, когда растение отцветет, или заболеет, заменить его на другое.

Так как большинство из этих цветов многолетники, а лучшее время для закладки клумб из многолетников – конец августа – сентябрь, вы можете начинать подготовку почвы под «цветочные часы» прямо сейчас.

Как сделать цветочные часы

Выбор места: нужна открытая площадка, не загораживаемая от солнца. Рисуем круг и тщательно готовим почву. Разбейте круг на 12 секторов. Каждый сектор можно отделить нецветущими многолетними растениями либо галькой, древесной корой. Или другими видами мульчи. Циферблат нужно отделить от газона и окружающих растений, для этого по краю вкопайте цветочный бордюр, вокруг можно сделать дорожку и засыпать ее камушками или гравием. В каждый сектор высадите рассаду с учетом времени цветения. Цветы соседствующих секторов лучше подбирать контрастного цвета. Затем формируется циферблат.

Природные часы из цветов отлично впишутся в любой ландшафтный дизайн и станут настоящим украшением участка.



Латук посевной
Время открытия – 7 ч.
Время закрытия – 10 ч.

Мезембриантемум бородатый
Время открытия – 7-8 ч.

Очный цвет полевой
Время открытия – 7-8 ч.
Время закрытия – 10-11 ч.

Кислица обыкновенная
Время открытия – 9-10 ч.
Время закрытия – 18-19 ч.

ВСЕ О ПЛОДОРОДНОЙ ПОЧВЕ, БОГАТОМ И ВИТАМИННОМ УРОЖАЕ

Открываем новую рубрику известного почвоведа

Нина Алексеевна Середа – доктор биологических наук, профессор, агрохимик, выпускница кафедры почвоведения МГУ

Своим существованием человечество обязано почве, поскольку 90 % пищи получает в виде урожаев с обработанной земли. В сравнении с размерами нашей планеты почва – это тоненькая пленочка суши. Но именно она дает ежегодный урожай растений, без которого невозможна жизнь людей и животных. Главное свойство почвы – плодородие. Благодаря плодородию почва является величайшим природным богатством, пользоваться которым нужно разумно. Качество почвы оказывает огромное влияние на здоровье людей и животных, питающихся растениями. За столетия человек сильно навредил почве, а в конечном счете и себе. Поэтому будет справедливо и следующее утверждение: «Здоровая почва дороже золота».

Многие садоводы и фермеры, как начинающие осваивать свой участок, так и работающие на нем, часто задаются вопросом: почему, вкладывая большой труд и проявляя старание, хорошо обрабатывая почву, применяя удобрения, не всегда удается получить должную отдачу – замечательный урожай культур. Причины могут быть разными: это и неблагоприятные погодные условия – заморозки, засуха или ливни и град; нашествие вредителей и болезней и другие. Но одной из главных причин является неудовлетворительное почвенное плодородие.

По меткому утверждению выдающегося русского агронома Ивана Михайловича Комова: «Нет худых почв, есть плохие хозяева» («О земледелии», 1789 г.). Хороший хозяин постарается все узнать о земле, на которой он работает, и, вооружившись знаниями, улучшить ее, поскольку почва – это основа урожая.

Рецептов повышения плодородия почв – устранения повышенной кислотности или щелочности, переуплотнения и распыления структуры почвы и т. д. много. Например, на переувлажненных почвах необходимо проводить дренаж, устраивать высокие грядки; на почвах с недостаточным увлажнением – снегозадержание, рыхление почвенной корки, мульчирование, т. е. мероприятия по накоплению и сохранению влаги. Кислые почвы нужно известковать, особенно под такие культуры, как бобовые, кукуруза, свекла, но под картофель и томаты этого можно и не делать. Почвы на склонах требуют обработки поперек склона, кулисного размещения культур. На всех почвах нужно применять органические, минеральные и бактериальные удобрения и т. д.

Прежде чем внедрять какие-либо технологии выращивания культур и применять любые удобрения, необходимо знать все о почве на вашем участке, знать основу основ земледелия – плодородие почвы, приемы его сохранения и повышения. «Хитрости» могут не помочь, если вы не знаете землю, на которой работаете. Если почва вашего участка обладает неблагоприятными свойствами и режимами, то самым первым шагом должно быть применение системы мероприятий по их улучшению.

Без этого все другие способы повышения продуктивности почв – применение высокоурожайных сортов, удобрений окажутся малоэффективными и бесполезными.

Нередко, обращаясь в агрохимическую лабораторию, садоводы бывают удивлены результатами анализов: содержание всех элементов питания, в том числе микроэлементов, в почве высокое, а урожаи низкие. Почему? Причина может быть в том, что почва при длительном ее использовании, частых поливах переуплотнилась. Такая почва плохо впитывает и удерживает влагу, в ней мало кислорода, и растения просто не могут усвоить имеющиеся элементы питания. Применение удобрений, даже органических (перегной, компосты, сидераты) может и не привести к быстрому восстановлению плодородия.

В данном случае необходимы специальные мероприятия по разуплотнению почвы: пескование, внесение разрыхлителей (торфа, соломенной резки, шелухи подсолнечника и т. д.) или особых удобрений, например, ПухоВиты, посев многолетних трав и другие мероприятия.

Экологически чистый урожай.

Многие садоводы считают, что для получения экологически чистого урожая следует использовать только естественные органические удобрения, а химию, минеральные удобрения применять на своем небольшом участке не только не полезно, но и вредно. Но в затяжную холодную весну никак не обойтись без азотной подкормки минеральными удобрениями. К тому же накопление нитратов в продукции зависит не от того, какие удобрения были внесены – органические или минеральные, а от превышения рекомендованных доз удобрений. При внесении большого количества органики нитраты также будут накапливаться в урожае.

И это лишь небольшой перечень проблем, с которыми сталкиваются садоводы и фермеры. Возникает масса других вопросов, решение которых будет зависеть от состояния плодородия почвы конкретного участка и важно, как для начинающих, так и для опытных хозяев. Поэтому необходимо понимать, что такое плодородие почвы, от чего оно зависит, к чему стремится, т. е. знать оптимальные свойства почвы и способы улучшения этих показателей на своем участке.

ПухоВита – разрыхлитель оздоравливающий, сверхлегкий и пористый. Идеально улучшает структуру почвы. Увеличивает урожайность!

НОВИНКИ! СПЕЦИАЛЬНАЯ серия субстратов

Страна Аркадия с Кормилицей Микоризой

РАЙ ДЛЯ ВАШИХ РАСТЕНИЙ!

Выращивайте в благоприятных условиях орхидеи, эпифитные кактусы, папоротники, бромелиевые, сенполии

ПАРАЗИТЫ, ИНТОКСИКАЦИЯ – СПАСАЕМ ЖИВОТНЫХ

Снигирева Александра Владимировна – ветеринарный врач, консультант НВП «БашИнком»

Здоровье наших питомцев так важно для нас. Веселые, игривые, с хорошим аппетитом они радуют нас каждый день. И как же мы переживаем, когда они болеют. Как же хотим помочь. А еще лучше предотвратить болезнь. Всем известно, что от питания наше здоровье зависит на 80 %. Нужно знать, что едят наши любимцы, получают ли они необходимое количество важных веществ (витаминов, макро- и микроэлементов и т. д.), не попадает ли с пищей что-нибудь вредное и опасное. Очень часто паразиты попадают в организм животных летом на даче, когда они поедают травку. При общении с другими животными иногда происходит заражение подкожным клещом.

Чем же опасны эти паразиты для наших питомцев?

Попав в организм животного, они начинают разрушать клетки, ткани, слизистые оболочки дыхательных путей, кишечника и других органов (на них могут появиться язвочки). Выделяемые паразитами токсины подавляют иммунитет, отравляют организм, вызывают аллергии. Ослабление микрофлоры снижает защиту в кишечнике и позволяет проникнуть другим паразитам и патогенам через его стенки в кровь и лимфу. То есть при заражении одним видом паразитов может легко развиться и другое заболевание.

Как же защитить наших питомцев?

Перво-наперво укрепить иммунитет. Важно закалять организм своих любимцев, проводить вакцинацию и дегельминтизацию, обязательно проверять количество полезных веществ в рационе, применять пробиотики и, конечно, любить их.

Прогулки в любую погоду закаляют как любимца, так и его хозяина. Применение пробиотиков восстанавливает микрофлору. А здоровая микрофлора кишечника это залог крепкого иммунитета. Все заболевания, в том числе и паразитарные, проходят на фоне снижения иммунитета и ослабления организма. Применение пробиотиков позволяет запустить механизм метаболизма, защиты собственной микрофлорой и стимуляции местного и общего иммунитета.

После дегельминтизации, когда все гельминты вышли из организма, остаются последствия их деятельности. На слизистых оболочках – язвы, в крови и органах – токсины и аллергены. Поэтому для быстрого восстановления после, а лучше во время заражения паразитами и обработки применение пробиотиков, в том числе ЖивотикЛайф и МикроБиоАктив уголь, обязательно.

Полезные бактерии кормовой добавки ЖивотикЛайф активизируют врожденный иммунитет, который имеет быстрое начало действия (от нескольких минут до нескольких часов) и запускают механизмы адаптивного иммунитета. Эти природные безопасные иммуностимуляторы эффективно снимают воспаления, заживляют изъязвления на слизистых, восстанавливают структуру слизистых оболочек кишечника.

МикроБиоАктив уголь – мощный энтеросорбент, устраняет паразитарные токсины, действует в течение 4 часов после приема. Животное быстро чувствует улучшение – проходит вялость, тошнота, рвота. Это «скорая помощь», которая поможет избавиться от токсинов, выделяемых паразитами, и не пропустить их в кровь и лимфу.

Кроме того, интоксикация наступает от самих препаратов для лечения паразитарных болезней т. к. они очень токсичны для организма. В первую очередь страдают печень, почки, кроветворная и нервная системы. Поэтому при лечении этими препаратами не обойтись без сорбента и гепатопротектора Гепалан СКЛ.

Применение 2 раза в год профилактических кормовых добавок с пробиотиками укрепит иммунитет и снизит риски заражения паразитами. Ну и, конечно, прогулки и любовь. Как же без этого?

МОЛОКО ОТ СЧАСТЛИВЫХ КОРОВ ДЕЛАЕТ НАС ЗДОРОВЕЕ И ДАРИТ ПОРЦИЮ ГОРМОНА СЧАСТЬЯ И РАДОСТИ!

Гормон счастья, радости и удовольствия дофамин выделяется у всех теплокровных высокоорганизованных животных.

Коровы не исключение, но, в отличие от людей, для счастья и радости им нужно не много, а именно удовлетворение скромных потребностей: солнце и дождик, заливной луг, добрая хозяйка, спокойствие, размеренность и т. д.

Гормоны радости и страха (пролактин, адреналин) и гормоноподобные вещества присутствуют в цельном сыром молоке, и теленок с молоком матери получает их в достатке, что помогает ему более полно воспринимать окружающий мир. Так задумано самой природой.

Человек же, употребляя в пищу молоко счастливых коров, получает порцию гормона счастья и радости, а это порой просто необходимо, учитывая, что наша жизнь, особенно в последнее время, полна различных стрессов.

Выбирайте молоко от счастливых коров, изучайте производителей, поддерживайте добрых, порядочных фермеров.

100 % НАТУРАЛЬНЫЕ СРЕДСТВА ОТ ВРЕДИТЕЛЕЙ

Мыло дегтярное пробиотическое КЫШ-ВРЕДИТЕЛЬ

В 6 раз больше урожай салата Рубин с биопрепаратами 33 Богатыря, Фитоспорин Рассада и Гуми

Вес урожая составил 49 г

КОНТРОЛЬ (без биопрепаратов)

В одинаковых условиях

ОПЫТ

Высота растений в 2-3 раза больше, чем в контроле

Вес урожая составил 310 г, что в 6 раз больше, чем в контроле

Дорогие!
Подписывайтесь на нашу газету и раз в месяц получайте полезнейшие советы профессионалов!
НАШИ ПОДПИСНЫЕ ИНДЕКСЫ – П7961 и П8145 в каталоге Почты России.
Стоимость подписки за 6 месяцев – от 300 рублей.

Читайте больше интересных материалов на наших сайтах
www.gryadkaojz.ru
ojz.bashinkom.ru
vk.com/gryadkaojz
народные-проекты.рф
Смотрите нас на канале

ОЖЗ®

4 607026 424047